современное образование

Г.С. Абрамова

Графика в психологическом консультировании

Per Se

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В издании рассмотрены и показаны возможности использования графических моделей для решения задач консультирования, в которых необходимо осуществлять трансцендентальную позицию по отношению к целостной человеческой жизни. Автором также предпринята попытка анализа ситуации психологического консультирования в свете культурно-исторической психологии.

Для студентов, изучающих психологию как специальность или как учебный предмет, практических психологов, педагогов, социальных работников, всех, кто работает над проблемами индивидуальной жизни человека.

- Галина Абрамова
  -
  - Предисловие автора
  - Глава 1
    - 1.1. Получение психологической информации как этап консультирования
    - 1.2. Осознание информации или выработка альтернатив как этап консультирования
    - 1.3. Структурирование переживаний как этап консультирования
  - Глава 2
    - 2.1. Что такое опосредованность?
    - 2.2. Средства и способы опосредования
  - Глава 3
    - 3.1. Метафорические модели мышления психологов о жизни как целостности
    - 3.2. Графические модели психической жизни
      -
      - Модель Зигмунда Фрейда
  - Глава 4
    - 4.1. Использование графики для обозначения «Я» человека, переживающего жизненный стресс
      -
      - Пример обозначения происхождения «Я» с помощью круга
    - 4.2. Использование графики для проявления отношений людей
    - 4.3. Использование графики для анализа отношений людей в семье

- Заключение
- Литература

- notes
  - 1
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6

Галина Абрамова
Графика в психологическом консультировании

© Г. С. Абрамова, 2001
© ПЕР СЭ, 2001

* * *

Предисловие автора

Тот семинар был очень многолюдным и казался бесконечным из-за невозможности найти какие-то решения. Каждый вопрос становился проблемным… Думалось порой, что в профессии психолога вообще нет определенности, которая бы позволяла говорить, хотя бы условно, о завершенности работы или какого-то ее этапа.

У меня было запланировано небольшое сообщение о результатах моей практической работы, где я хотела рассказать о том, как обобщенная информация о людях становится психологической информацией самого человека, какие переживания при этом возникают и как их можно зафиксировать самому человеку и психологу. Речь шла о графике. Внимание коллег к этому сообщению заставило меня глубже рассмотреть проблему – попытаться увидеть в ней ее теоретические и конкретно-методические аспекты. Результаты этой работы и предлагаются читателю.

Книга написана для тех, кто работает с людьми, получает и использует психологическую информацию в своей профессиональной деятельности. Это могут быть психологи, педагоги, социальные работники, юристы. Студенты, изучающие курсы психологического консультирования, могут ознакомиться с теорией и практикой консультирования, которые здесь обобщены.

Беларусь – Дания 1999–2000

Глава 1
Понятие о психологическом консультировании и его этапах

Мир полнит нас. Мы все приводим в строй.
Все рушится. И рушимся мы сами.
Кто нашу суть так омрачил, что мы,
как ни бунтуй, похожи неизменно
на уходящего? Как он, взойдя
на холм высокий, на родные долы
в последний раз глядит и медлит, ждет,
вот так и мы живем, всегда прощаясь…

Р. М. Рильке

1.1. Получение психологической информации как этап консультирования

Психологическое консультирование – это вид профессиональной деятельности психолога, которая, естественно, протекает в пространстве и во времени. Об этом можно было бы специально не говорить, если бы психолог не работал с такими явлениями, как психологическое пространство и психологическое время, в котором человек живет.

Кроме того, психолог обязательно должен обращаться к таким характеристикам времени, как физическое время человека и историческое время, в которм человек живет. Это неизбежно связано с пониманием того, как эти времена представлены в психологическом пространстве человека. Именно это понимание и позволяет, на мой взгляд, точнее определить цели, задачи и способы работы психолога при консультировании, найти те моменты, которые будут давать возможность говорить об относительной завершенности работы, то есть о переходе ее в новое качество. Так можно будет выделять этапы, характеризуя их как относительно законченные действия в профессиональной деятельности психолога-консультанта.

Психолог может получить необходимую ему для работы с человеком информацию только тогда, когда он сам владеет теоретическим, а значит, обобщенным знанием о закономерностях человеческой жизни. Это положение является аксиоматическим, так как, не имея этого знания как концепции жизни, невозможно анализировать конкретные ситуации в жизни конкретных людей. Например, ситуацию инцеста (сексуальных отношений между детьми и родителями) можно рассматривать как проявление болезни взрослого человека и, соответственно, предлагать ему меры социальной помощи – лечить его, а можно рассматривать эти действия как преступление и последующее за ним неизбежное наказание. Если бы я добавила только два слова и фраза прозвучала бы так: «… и последующее за ним, что естественно, неизбежное наказание», то уже определила бы свою концепцию жизни. Но этого в моей фразе нет, она звучит безоценочно, хотя это вовсе не значит, что концепции жизни у меня нет. Она есть у всех взрослых людей, и ее можно рассматривать как одно из важнейших проявлений взрослости. Эта концепция будет проявляться тогда, когда нам надо высказать свое мнение о жизненном факте. Хотелось бы подчеркнуть – свое мнение, то есть говорить от своего «Я». Возможно ли это

в профессиональной работе психолога?

Профессия психолога предполагает выполнение нескольких видов деятельности: психологическую диагностику, психологическую коррекцию, психологическое консультирование и психотерапию. Все они отличаются предметом, способами работы и, естественно, результатом. Все они имеют общее то, что дает основания говорить о методологических основах профессиональной деятельности.

Ею является концепция жизни, которой пользуется психолог. В его концепцию жизни могут входить теоретические научные знания, но они могут существовать и как относительно независимые от нее фантомные образования сознания психолога. Это связано с особенностями строения сознания любого человека, на чем подробнее мы остановимся ниже.

Концепция жизни – это обобщенное образование, которое можно рассматривать как предельное понятие, которое позволяет психологу, как и любому человеку, мыслить такими теоретическими объектами, как время и пространство, жизнь и смерть, Бог, смысл и т. п. Концепция жизни создается не только как интеллектуальное образование, она выполняет и аксиологические функции в сознании человека, является обоснованием выбора в неопределенных ситуациях. О ней можно сказать, что она – интегративное образование, возникшее как следствие смыслообразующих переживаний человека. С этой точки зрения можно сравнить два текста психологов, в которых проявляются, на мой взгляд, функции концепции жизни как исходный момент для обоснования абстрактных умозаключений:

Текст первый: «Психология, с нашей точки зрения, не может в полном смысле слова называться ни трудом, ни работой, ни службой, ни искусством, ни хобби – это интенсивный непрекращающийся личностный рост (индивидуально осмысляемый как *призвание, «состояние души», служение, причастность, харизма)*, на которую психолог добровольно обрекает самого себя, делая профессиональный выбор»[1].

Текст второй: «…если я хочу хорошо выглядеть и соответствовать тому образу, который на меня повесили, то мне придется казаться. Тогда я оказываюсь, вероятно, профессионально не вполне точен, поскольку несогласованность моих позиций, наличие второго плана, скрытого уровня неизбежно начинает порождать у людей, с которыми я общаюсь, ощущение двойственности. И может оказаться, что своей позицией невротика я начну плодить вокруг себя других невротиков. И уж, по крайней мере, за хорошее впечатление

(выглядеть профессионально в глазах клиентов и заказчиков) придется платить снижением профессионализма…»[2].

Думаю, что эти тексты дают представление о том, какое место психолог может отводить себе и другому человеку в своей профессиональной деятельности. Акценты в этих текстах поставлены разные, сама возможность появления этих акцентов на своем жизненном становлении и на мнении другого человека, по-моему, связана с концепцией жизни, с возможностью ее осознания и проявления при решении конкретных жизненных задач, таких, как задачи профессионального общения психолога, например. В тексте Доценко эти задачи рассматриваются в свете, как он пишет, общей дилеммы «быть или казаться». Решение этой дилеммы для взрослого человека – процесс осознания смысла жизни вообще и своей тоже.

Она представлена и в первом тексте Сапоговой, но уже не как дилемма, а как способ ее разрешения, который может быть отражен в понимании вариантов профессионального становления психолога.

Мне представляется важным зафиксировать для читателя момент, связанный с обсуждением профессиональной деятельности психолога: психолог сам несет концепцию жизни, которая лежит в обосновании воздействия на нее. В мои задачи сейчас не входит выяснение вопроса о происхождении концепции жизни каждого человека. Думаю, что для прояснения своей позиции можно сослаться на работу Э. Фромма «Искусство любви», где он, описывая виды любви, говорил о том, что любовь к жизни определяет появление всех других видов любви, саму ее возможность как чувства человека, как его отношения к жизни.

В концепции жизни человека можно увидеть много составляющих, но главными представляются концепция смерти, концепция другого человека, «Я»-концепция. Они структурируют картину мира, создают предпосылки, которые могут стать обоснованием для построения множества теоретических идеальных объектов, создают саму возможность их существования. К числу таких идеальных объектов будет относиться и идея психологической помощи, и идея существования практической психологии, и идея о психологии как сфере знания. Эти идеальные объекты будут, как и любые другие идеальные объекты, жить в сознании людей и влиять на течение их жизни – на характер переживаний, которые могут возникать, в том числе и по отношению к этим идеальным объектам.

Так проблемы профессионального общения, уже упомянутые выше, еще только требуют своего оформления в виде идеального

объекта, о чем можно прочесть в уже цитированной статье Е. Л. Доценко о профессиональном общении: «Особенность профессиональной онтологии[3] психолога такова, что она плохо отличается от жизни. Поэтому для психологов весьма характерно смешение профессиональной позиции с обыденной. Тем более такое смешение свойственно непсихологам».

Концепция жизни, которую как обоснование своей активности несет в сознании взрослый человек, содержит такие важные, на мой взгляд, составляющие как представление о развитии, представление о Боге, представление о причинности (логику), представление о данности в человеческой жизни, представление о смысле страдания и боли. Каждое из них обладает особой функцией в концепции жизни, но все они, как единая система, позволяют ориентироваться в предельных понятиях и удерживать целостность концепции жизни.

Они выполняют роль субъективных критериев истины и ценности информации при освоении научного психологического знания, которое может войти в содержание этих представлений и стать одним из элементов концепции жизни. Например, психолог может не воспринимать проведение параллели в изучении закономерностей жизни животных и человека, как это часто делают в своих работах американские коллеги. Для него может оказаться неприемлемым представление об архетипах, которое разрабатывал К. Г. Юнг, так как не считает его достаточно обоснованным, и т. п.

Другими словами, концепция жизни психолога позволяет ему быть избирательным в восприятии научного психологического знания, которое, как известно, не обладает целостностью, структурностью и единством критериев истины. Кроме того, она определяет и его поиски истины, если человек действительно стремится к ней, занимаясь наукой.

Итак, все виды профессиональной деятельности психолога объединяет то, что в них представлена его концепция жизни. Она будет обоснованием для принятия научного знания, она будет обоснованием для организации воздействия на другого человека, когда речь пойдет о практической психологии.

Чем специфично консультирование как вид профессиональной деятельности психолога? Можно описать этот вид деятельности, сопоставляя его с другими аспектами работы психолога.

В психодиагностике психолог ориентирован на получение результатов, которые можно сравнивать со средними данными по определенной группе и использовать их для определения

психологического диагноза конкретному человеку. Применение методик освобождает, в известном смысле, человека от личной ответственности за постановку психологического диагноза, так как он дан структурой интерпретации данных в этих методиках. Итог его работы – заключение с изложением способов (методик), которые привели к этим выводам.

Психологическая коррекция – это вариант индивидуального обучения, когда ребенок или взрослый с помощью психолога добивается результатов в каком-то виде деятельности, чтобы соответствовать возрастной норме выполнения этого действия. Так могут быть, например, построены нейропсихологическая реабилитация взрослых или обучение детей письму, чтению, счету. Психолог работает в этой сфере деятельности с параметрами возрастной нормы выполнения действия, которые задаются социальной ситуацией жизни человека. Его ответственность не распространяется на выделение этих параметров, он ориентируется на них как на существующие, с которыми он должен иметь дело как с данностью. Индивидуальные характеристики выполнения этого действия человеком корректируются до соответствия их норме, психолог несет ответственность за применяемые методики, влияющие на параметры индивидуального действия человека.

Психотерапия – вид деятельности психолога, когда он работает с человеком, болезнь которого определена медицинским диагнозом. Целью работы психолога является избавление больного от симптомов, на основании которых ему был поставлен диагноз. Психолог не несет ответственности за медицинский диагноз, но отвечает за свои действия, направленные на психическую реальность больного с целью ее изменения. В современной психологии существует множество психотерапевтических школ, которые предлагают разные теоретические обоснования и, естественно, разные методы воздействия на симптоматику болезней. Наибольшее распространение получили психотерапевтические школы психоаналитической ориентации, поэтому психотерапевта часто называют психоаналитиком, хотя существует и много других видов психологических школ. Однако, надо заметить, что любая психотерапевтическая идея так или иначе связана с психоанализом и его классическим вариантом, созданным З. Фрейдом, так как *анализирует* причины болезни и воздействует на них. Соответственно, психотерапевт несет ответственность за способы анализа и их результаты. Критерием эффективности работы психотерапевта является исчезновение симптомов болезни у его пациента.

Психологическое консультирование – это работа психолога со здоровым человеком, который переживает ситуацию потери логики своей жизни. Он не понимает, что с ним происходит, и не знает, что ему делать. Именно с этого начинается психологическое консультирование, где психолог берет на себя полную ответственность за получение информации, необходимой человеку для восстановления индивидуальной логики его жизни. Именно эта процедура получения, а потом и использования информации об индивидуальной логике жизни человека будет составлять основное содержание психологического консультирования. Критерием его эффективности становятся индивидуальные переживания человека, в которых он фиксирует восстановление потерянной логики или обретение новой.

В поисках этой логики психологу надо работать с такими понятиями, как психологическое пространство и психологическое время индивидуальной жизни, и получать информацию о способах их организации. Использование этих понятий становится необходимым по следующим причинам:

– жизнь человека естественно организована в пространстве и во времени, это относится ко всем видам жизни и к психической прежде всего;

– организация жизни связана с применением средств и способов, существование которых позволяет проводить исследования, в частности, в области культурно-исторической психологии;

– источником активности в осуществлении организации жизни является «Я» человека (субъект, говоря философским языком);

– активность «Я» ориентирована и может быть понята в категориях целей, средств достижения целей, обоснования целей (мотивация), способов достижения целей;

– активность «Я» протекает в семантическом знаковом пространстве культуры (Ю. М. Лотман), которое наполняет сознание человека знаками, используемыми им для организации индивидуальной активности;

– знаки представляют собой структурные образования, обладающие собственной семантикой, и «Я» человека осуществляет особую работу по созданию индивидуальной активности при использовании этих знаков, ее можно назвать смыслообразованием;

– эта работа «Я» по созданию смыслов приводит к обозначению границ индивидуального семантического пространства знаков, в котором может, хочет и умеет жить человек;

– использование знаков – путь к расширению естественного, природного (Л. С. Выготский) пространства психической жизни человека – все его психические функции становятся опосредованными знаками;

– благодаря знакам, человек может переживать присутствие «Я»-усилий, как данности своей психической реальности, так как знаки обладают плотностью, которую надо преодолеть, чтобы они стали содержанием сознания, проявляющим в своей структуре индивидуальность активности «Я»;

– сопротивление знаков – естественный процесс, который связан с взаимодействием разных по качеству предметов: «Я»-усилий и знаков, имеющих разное воплощение – движение, слово, миф, образ, символ;

– знаки и организуют пространство психической реальности, где данность «Я» удерживает его целостность во всех временах жизни человека – биологическом, психологическом, историческом;

– психологическое и историческое время возможны благодаря существованию знаков, позволяющих фиксировать события в каждом из пространств, где протекает время – в психологическом пространстве и пространстве историческом;

– психологическое пространство представлено в индивидуальной жизни человека, а историческое – в социальной жизни людей;

– психологическое пространство естественно включает пространство тела человека, хотя выходит за его пределы, благодаря включенности в переживания телесности тех предметов, которыми человек овладел (А. Ж. Тхостов), освоенные предметы (знаки) перестают обозначать границу «Я» и не-«Я», перестают восприниматься как сопротивляющиеся, становятся своими, естественными для психологического пространства.

Психолог в ситуации психологического консультирования встречается с ситуацией жизни человека, которую можно описать в общем виде так, используя рефлексивную позицию человека, который ее переживает: «Моя жизнь стала мне чуждой». Она вызывает сопротивление, она «не подчиняется», она становится «неуправляемой», она «теряет смысл», она становится «пустой», к ней «пропадает интерес», возникает «чувство бессилия» – это только небольшой перечень суждений о своей жизни людей, которые обращаются за психологической помощью и надеются получить от психолога рецепты управления своей жизнью, рецепты определения ее смысла, рецепты приобретения силы «Я», осмысления жизни и интереса к ней.

Что делать психологу? Как и какие решения он может

(должен) принимать, работая с ситуациями, в которых представлена невыносимая для человека, вызывающая боль плотность его бытия. То количество человеческих слез, которое приходится видеть в работе с людьми, когда они обращаются за помощью, буквально взывает к действиям, что может создать для психолога иллюзию его возможности прожить жизнь другого человека. Хотелось бы, чтобы такого не было, чтобы каждый человек мог, умел и хотел жить среди людей. Это моя позиция, проявление моей концепции жизни, которая определяет для меня, как психолога, действия в ситуации психологического консультирования здоровых (подчеркиваю это еще раз) людей.

Переживания по поводу своей жизни, которая делается чуждой, неинтересной, пустой, становятся актуальным фактом сознания человека, тогда когда в процессе внутреннего диалога он не получает возможности строить свой индивидуальный текст. При этом нарушаются спонтанная диалогичность сознания, его символическая функция, обеспечивающие потенциальную бесконечность создания новых текстов. Такие ситуации рассматривали в своих работах Л. С. Выготский, М. М. Бахтин, М. К. Мамардашвили.

Думаю, что бытовым языком ситуацию можно описать так: человек, переживающий невыносимую плотность своего бытия, не может найти собеседника, которому был бы интересен разговор о его жизни. «Народу много, а поговорить не с кем». Он оказался в ситуации, когда некому сказать о своей жизни так, чтобы быть услышанным. Нельзя построить текст без адресата (М. М. Бахтин), нельзя построить текст без темы, нельзя выбрать тему, если нет (или потерян) предмет общения. Нельзя сохранить предмет общения, если нет средств и способов для этого.

Все эти «нельзя» прочитываются в работах авторов, имена которых я упоминала выше. Воспользуюсь одной цитатой, необходимой для прояснения позиции: «Итак, мы можем сделать вывод, что система человеческих коммуникаций может строиться двумя способами. В одном случае мы имеем дело с некоторой наперед заданной информацией, которая перемещается от одного человека к другому, и константным в пределах всего акта коммуникации кодом. В другом случае речь идет о возрастании информации, ее трансформации, переформулировке, причем вводятся не новые сообщения, а новые коды, при этом принимающий и передающий совмещаются в одном лице. В процессе такой автокоммуникации происходит переформирование самой личности, с чем связан весьма широкий круг культурных функций от необходимого человеку в определенных типах культур ощущения своего отдельного

бытия до самоопознания и аутопсихотерапии». (25, с. 36).

Человек в ситуации психологического консультирования испытывает трудности в реализации того, что Ю. М. Лотман называет автокоммуникацией.

Психологу надо восстановить эту автокоммуникацию как возможность человека создавать информацию, так как именно эту функцию осуществляет коммуникация «Я» – «Я». Последнее является аксиоматическим положением для обоснования работы психолога.

Текст, с которым будет работать психолог, в любой его форме – устной или письменной, монологической или диалогической – несет три значения:

– **первичные** – общеязыковые (определяют структуру сознания человека);

– **вторичные** – возникают за счет синтагматической переорганизации текста и сопротивопоставления первичных единиц (последовательность линейного развертывания сообщения в физическом времени отражает актуальное состояние сознания);

– **третичные** – возникают за счет втягивания в сообщение внетекстовых ассоциаций разных уровней (от общих до предельно индивидуальных, что позволяет привносить в текст потенциальные, существующие только в памяти человека, элементы).

Для того чтобы работать с человеком по восстановлению его автокоммуникации, психологу надо, как минимум,

– говорить с другим человеком на одном языке;

– осознавать наличие синтагматических переориентаций в тексте;

– выделять в тексте внетекстовые образования-ассоциации разных типов.

Это нужно для того, чтобы увидеть, где в акте автокоммуникации произошло изменение, нарушившее ее, создавшее тот ее вариант, где вместо создания новых сообщений, происходит воспроизведение некой информации, которое типично для коммуникации «Я» – «Он».

Ситуация психологического консультирования, когда человек испытывает боль от невозможности автокоммуникации, это ситуация, которую можно охарактеризовать как наличие «Я», отчужденного от собственной жизни, преобразованного в «Он» как участника коммуникации, где невозможно создание новой информации.

Это общие положения, которые позволяют ориентироваться в том, что делать с тем текстом, который выстраивает человек

в общении с психологом. Что надо услышать в этом тексте психологу? Какую информацию передает человек? Каким кодом пользуется? Как принимает информацию?

Основная гипотеза, которая лежит в основе восприятия психологом текста другого человека, по-моему, состоит в том, что психолог (часто априори) предполагает наличие в тексте другого человека таких составляющих, которые позволят психологу выполнить роль «Я» этого человека и восстановить акты его автокоммуникации. С этим связано наличие в психологической практике утверждения того, что главное умение психолога – это умение слушать другого человека.

Гипотеза о том, что в тексте другого человека есть элементы, которые позволят психологу использовать их для осуществления роли «Я» другого человека, требует конкретизации. Путь конкретизации этой гипотезы – это путь к поиску кодов, которыми пользуется человек в акте коммуникации. Мне думается, что их можно прочитать в его тексте через выделение тем и предмета.

Предмет – это жизнь человека, а темы – это качества жизни, которые передаются и принимаются в акте коммуникации. Они структурируются человеком на основе его концепции жизни, которая удерживает жизнь как целостный предмет коммуникации и как проявление ее отдельных качеств в виде тем.

Можно зафиксировать, какие темы своей психической жизни и каким способом передает человек в коммуникации, если психолог владеет обобщенным представлением о ее строении – умеет слышать и слушать. Именно для этого психологу и нужны его теоретические знания о строении психической реальности, являющиеся для него самого тем текстом, которым может быть прочитан другой текст. Известно, что текст читается только текстом.

Что является основной характеристикой текста как знакового образования в сознании человека? Трудно ответить на этот вопрос точно и однозначно. Работы Ю. М. Лотмана и М. М. Бахтина позволяют мне утверждать, что текст представляет собой семиотическую систему, которая выполняет три главных функции:

– **творческую** – создание новых сообщений, а не только передача готовых;

– **смыслопорождения** – язык неотделим от выражемого им содержания, получатель текста имеет дело не только с сообщением на языке, но имеет и сообщение о языке, сообщение, в котором интерес перемещается на его язык. Это важнейшая для психолога особенность текста, так как это та

направленность сообщения на код, то есть текст превращается в урок языка, где необходимо осуществлять на него рефлексию. Адресат текста с необходимостью должен восстановить авторскую рефлексию и выделить содержание сообщения, основываясь на своем коде для его прочтения.

Третья функция текста – **функция памяти**. Текст не только создает новые смыслы, но и аккумулирует предшествующие контексты и хранит их. Дискретный текст, ограниченный пространством и временем его существования, реально оказывается включенным в недискретную сущность смысла, которую он отражает.

Для участников психологического консультирования такой недискретной сущностью может и должна, по-моему, быть сущность психической жизни. Психолог транслирует ее в своем тексте, читая с его помощью текст другого человека.

Опыт работы с людьми в ситуации психологического консультирования позволяет утверждать, что текст психолога будет выполнять все эти функции в полной мере, если он несет такое сообщение о «Я» человека, нуждающегося в психологической помощи, которое позволит ему восстановить акт автокоммуникации.

Это значит, что текст психолога будет творческим, рефлексивным и соответствующим культурному контексту. При его прочтении другой человек получит новое для себя сообщение о «Я», урок языка как урок рефлексивного анализа и расширение контекста своего текста (или текстов). Эту работу с текстом психолога можно будет считать главной в психологическом консультировании.

С помощью своего текста психолог может увидеть, где в акте автокоммуникации другого человека произошли нарушения. Он это увидит прежде всего по изменениям в функциях его текста. Если изменена хотя бы одна из них, текст уже не осуществляет назначения автокоммуникации, не создает новых сообщений, а только воспроизводит старые. Ситуация напоминает движение граммофонной пластинки с остановившейся иглой, когда один и тот же такт мелодии настойчиво воспроизводится до тех пор, пока не кончится завод граммофона.

Люди воспринимают эту ситуацию как движение по кругу, как безвыходное положение, как тупик, как бессмысленность, как потерю себя или потерю жизненной опоры.

Психологическое пространство становится фиксированным, так как фиксируется текстовое сообщение в автокоммуникации, границы этого пространства приобретают жесткость и непроницаемость. Психологи часто говорят о разного рода

панцирях и стенах, которые человек создает в ситуациях нарушения логики его жизни, говорят о ширмах и барьерах. Наиболее принятое описание этого явления связано с понятием психологической защиты или защитных механизмов личности, которые наиболее активно начинают проявляться в травмирующих «Я» ситуациях воздействия на него.

Как проявляется нарушение функций текста в автокоммуникации человека, которые наблюдатель – психолог может зафиксировать, слушая его текст?

Ответ, на мой взгляд, может быть таким: нарушение творческой функции – повторяемость тем без их развития: Человек говорит одно и то же, практически не изменяя параметров своего текста, даже в бытовом языке это фиксируется как проявление безжизненности, механистичности, смерти.

Нарушение рефлексивной функции, когда текст не выполняет роли урока языка, проявляется в том, что текст полон пустых фраз, общих мест, стандартных формулировок, то есть тех образований, которые М. К. Мамардашвили называл пустыми формами. Наличие таких форм воспринимается как отчужденность человека от текста, который он произносит, в тексте отсутствуют «Я»-усилия, которые естественны для акта автокоммуникации. Их отсутствие можно обнаружить по многим признакам, прежде всего, по отсутствию «Я»-высказываний или страху перед ними.

Нарушение функции памяти состоит в том, что человек не может включить в свой текст никакой другой контекст, текст оказывается одномерным, фиксирующим дискретное время и дискретное пространство события. Смысловая внетекстовая целостность сообщения перестает существовать, можно сказать, что доступ к ней становится для него недоступным. Он не может поменять позицию и увидеть существование этой внетекстовой целостности – целостности психической жизни.

Причины нарушения функций текста у людей, нуждающихся в психологической помощи, чаще всего связаны с ситуацией жизненного стресса. Эти причины достаточно подробно проанализированы в современной психологической литературе и описаны как психотравмирующие факторы жизни здорового человека.

Психолог на первом этапе консультирования встречается с человеком, который будет сообщать ему текст, в нем психологу надо увидеть нарушение функции текста (какой или каких) и выделить психотравмирующий фактор, вызвавший это нарушение.

Восстановление функций текста в автокоммуникации

человека и будет профессиональной задачей психолога – консультанта. Как он это будет делать? Ответ на этот вопрос содержат последующие главы.

Итак, получение психологической информации в консультировании начинается с того, что психолог сам обладает текстом со всеми его функциями. Этот текст дает ему возможность воспринимать текст другого человека, выделять в нем нарушение и степень нарушения разных функций текста и фиксировать психотравмирующий фактор или факторы, которые могли вызвать нарушение функций текста.

Думаю, что есть смысл еще раз подчеркнуть, что автокоммуникация, коммуникация «Я» – «Я» возможна, когда текст в ней осуществляет все функции. Именно тогда происходит создание нового сообщения, происходит расширение границ семантического пространства «Я», происходит то движение, которое можно было бы назвать жизнью «Я» или проявлением психической жизни.

1.2. Осознание информации или выработка альтернатив как этап консультирования

Есть смысл особо выделять этот этап работы психолога-консультанта, так как он предполагает воздействие на содержание автокоммуникации другого человека.

Когда становится очевидно, какая из функций построения текста нарушена и в какой степени и будет выделен психотравмирующий фактор, психолог начинает работу по восстановлению автокоммуникации человека, нуждающегося в помощи.

Надо сказать, что воздействие на психотравмирующий фактор часто оказывается ненужным по той простой причине, что он уже перестал существовать как явление: развод уже произошел, или ребенок уже получил неудовлетворительные отметки, или один из супругов скончался… Событие уже произошло, оно может и должно стать содержанием текста, одной из тем в автокоммуникации, а не всем его содержанием. Оно естественно входит в контекст психической жизни этого человека.

Воздействие психолога-консультанта направлено на то, чтобы человек смог в итоге строить новые сообщения в акте автокоммуникации, во внешнем или внутреннем диалоге «Я» – «Я», именно в живом диалоге, создающем такое сообщение, а не в механическом воспроизведении одного и того же текста.

Путь к такому новому сообщению в психологии известен давно – это путь осознания обоснований своей активности. Важнейшим обоснованием, как я уже говорила, является концепция жизни, которая позволяет сохранять и использовать то целостное внетекстовое существование психической жизни, которое обеспечивает все возможные варианты ее контекстов.

Осознание человеком своей концепции жизни как обоснования активности, позволяет ему выделить основной контекст построения своего текста.

Осознание начинается с переживания затруднения, такое затруднение психолог может создать своим вопросом, непосредственно направленным на содержание концепции жизни или на одну из ее важнейших составляющих.

Человек, попавший в ситуацию жизненного стресса, переживает события, которые не обязательно внешне оцениваются как негативные. Это могут быть новые обстоятельства его жизни – переезд, замужество или женитьба, повышение по службе

и изменение в связи с этим ответственности, рождение ребенка и т. п. Однако стресс дает о себе знать переживаниями, связанными с потерей опоры, с ощущением тяжести жизни или невозможности жить. Одним словом, человек испытывает душевную боль и ищет от нее избавления.

В этом смысле показательно высказывание молодой женщины после рождения первенца: «Все говорят и пишут о радости материнства, а я ничего, кроме усталости от бессонницы, не чувствую». Столько усталости было в ее голосе, что ей не хватило сил даже на выражение чувств интонацией – она была тусклой и бесцветной. Какой помощи она хотела? Хотела научиться быть мамой, хотела понять, что с ней происходит, почему она не может испытывать тех чувств, которых ожидала.

Это требовало работы «Я»-усилий по осознанию ситуации жизненного стресса. В организации этой работы и состоит задача психолога. Что для этого необходимо?

Прежде всего психологу самому надо обладать «Я»-усилиями, направленными на осознание собственного «Я», чтобы участвовать в жизни сознания другого человека. Речь идет о той силе «Я», которая позволяет психологу удерживать границы своей психической реальности и, взаимодействуя с другим человеком, способствовать порождению им на этих границах новых качеств сознания, то есть осуществлять ту работу, которую обычно называют расширением сознания. Расширенное, расширяющееся сознание – это восстановление функций текстов, это движение в психической реальности, которое активизирует все ее уровни (сознательный и бессознательный), это и проявление качеств «Я» как основы для обоснования активности.

Французский психолог Жак Лакан писал: «…аналитик должен стремиться овладеть речью так, чтобы она стала идентичной его бытию. Ибо в ходе сеансов ему нет нужды произносить много слов – собственно, нужно их так мало, что может сложиться впечатление, что их не нужно совсем – что каждый раз, когда с помощью Божьей, то есть с помощью самого субъекта, анализ приходит к концу, слышать в устах субъекта ту речь, в которой узнается им закон его бытия» (19, с. 48). Думаю, что этим сказано о главном проявлении силы «Я» психолога или психоаналитика – о способности говорить правду, говорить о том, как и чем живешь, не отделять барьерами отчуждения содержание мышления о жизни и жизнь. Такое доступно только людям с сильным «Я», его еще можно охарактеризовать как целостное и идентифицированное, способное к самоактуализации как к самообоснованию. В этом также можно увидеть существующее на уровне бытовой психологии

аксиоматическое утверждение, что на свете нет ничего сильнее правды жизни, которая добывается человеком трудом по идентификации своего «Я» с самим собой, трудом по созданию концепции жизни и осуществлению ее. Это дает основания моей коллеге Эми Миндел, также работающей с людьми, утверждать следующее: «Так как наши чувства и отношения легко просматриваются в поведении, клиент поймет, уважаем ли мы его, считаем ли, что он способен измениться, интересуют ли нас экзистенциальные вопросы или только преходящая реальность. Клиент может чувствовать непонимание, если терапевт не осведомлен о социальных структурах и отношениях, оказывающих влияние на его жизнь. Другими словами, «метод» работы терапевта явно или неявно обнаруживает его глубинные представления о жизни, о социальных и политических вопросах, о развитии личности и взаимоотношении с миром, о природе терапии». (31,с. 25).

Речь опять идет о том, что при воздействии на другого человека обязательно проявится то образование сознания самого воздействующего, которое было названо выше как концепция жизни – оно базисное качество сознания, структурирующее отношения во взаимодействии с другим человеком.

Конечно, было бы безусловно интересно исследовать, как складываются различные варианты концепций жизни, их связь с проявлением и существованием силы «Я» и возможностью воздействия на другого человека, но это может стать задачей на будущее.

Сейчас я могу только констатировать, что при работе психолога со здоровым человеком, переживающим жизненный стресс, он сталкивается с необходимостью актуализировать силы «Я» другого человека для расширения его же сознания. Эту возможность, как можно понять из исследования В. П. Зинченко, дает гетерогенное строение сознания, то есть наличие в нем неоднородных по качеству, но объединенных функциями структурных образований: чувственная ткань, значение, смысл, биодинамическая ткань движения и действия, которые представлены бытийным и рефлексивным слоями. Наличие бытийного и рефлексивного слоев позволяет «Я» ориентировать структурные образования сознания в разных временах и вообще обеспечивает само существование этих времен – биологического, психологического, исторического.

Опыт работы с людьми и попытка понять, что происходит со здоровым человеком, когда он начинает испытывать потребность в психологической помощи, позволяют говорить о том, что жизненный стресс лишает «Я» возможности

интегрировать структурные образования сознания: оно теряет эту интегративную способность из-за потери целостности тех образований, которые были названы выше внетекстовыми целостностями, сейчас же есть смысл рассматривать их в другом ракурсе – как структурную целостность сознания.

Дезинтегрированность сознания, нарушение единства его разнородных образований вызывает переживание душевной боли. Душа болит, так как потеряна ее целостность, если говорить о сознании, то это нарушение его символической функции. Она проявляется в возможности создавать и использовать превращенные формы продуктов разных видов деятельностей – материальных и духовных. Душа, которая испытывает боль, не способна к реализации этой функции.

Сила «Я» психолога проявляется в том, что он обладает интегрированным сознанием и за счет этого несет его – сознание – как целостность, которая может быть представлена содержанием отношений с другим человеком. «Я» психолога способно к созданию превращенных форм сознания как качественно новых продуктов его деятельности (активности). Он, создавая эти продукты, включает в свой процесс другого человека, так как предметом его профессиональной деятельности являются качества психической реальности. Эти качества как качества сознания будут проявляться во взаимодействии психолога и другого человека. Активизация «Я» человека, переживающего жизненный стресс, будет обеспечиваться тем, что качества его «Я» будут задействованы психологом в создании продуктов профессиональной деятельности.

Чувственный слой сознания страдающего человека как его бытие будет подвергаться воздействию, что, естественно, требует реагирования (по принципу обратной связи). Рефлексивный слой будет включен в работу, если страдающий человек попадает в ситуацию, которая названа уроком языка. Ему просто надо будет рефлексировать на текст, предъявляемый психологом.

Если это текст сильного «Я», то в нем обязательно представлена его интегративная функция как функция, способствующая возникновению превращенных форм сознания. Создание ситуации осознания – это создание ситуации неравенства семиотических систем, объединенных общим пространством и временем как необходимостью взаимодействия.

Психическая реальность психолога, где есть сильное «Я» и интегрированное сознание, – это одна семиотическая система или семиосфера, как говорил Ю. М. Лотман, а другая семиотическая система – это дезинтегрированное сознание с ослабленным «Я». Психолог, вводя в диалог с другим человеком

как универсальную внетекстовую целостность концепцию жизни, способствует объединению этих семиосфер, взаимодействию их и созданию продуктов взаимодействия, которые восстанавливают интегративные качества «Я» и за счет этого расширяют сознание человека.

«Я» человека начинает проявлять свои функции тогда, когда оно встречается с существованием себя как другого, превращенного, преобразованного. Эту встречу психологу надо организовать, чтобы человек пережил интегративные качества своего «Я» как существующие, чтобы, говоря иначе, он почувствовал силу своего «Я». Эта сила проявляется не только в сопротивлении воздействию, но и в обосновании самовоздействия с целью самосохранения. Это те факты жизни, когда человек честен с собой, когда он правдив в чувствах и мыслях, когда труд жизни не кажется ему непосильным, когда желание и возможность качественного изменения не представляются трудностью, и он видит основу этого изменения в своих усилиях.

Естественно встает вопрос о содержании интегративных качеств «Я» человека, которые включаются психологом в его профессиональную деятельность.

Чтобы подтвердить факт существования таких качеств, думаю, есть смысл напомнить, что есть несколько качественно различных структурных образований сознания и воздействие в любой форме, адекватной одной из образующих структуры сознания, может актуализировать его символическую функцию и приведет к расширению сознания, к осознанию качеств «Я». Существуют, например, жизненные ситуации, когда к человеку возвращались желание и силы жить под влиянием музыки или запаха, прикосновения или взгляда, слова или света. Не говоря уже о более сложных факторах воздействия, таких как природный ландшафт, смена места жительства, изменение формы одежды или прически, другое питание и т. п.

Человек через переживание наличия другого качества в своем «Я» восстанавливал и его интегративную функцию, и символическую функцию сознания, которая невозможна без «Я»-усилий, направленных на создание превращенных форм сознания.

Онтогенез символической функции сознания основывается на появлении действия замещения (34), которое фактом своего существования показывает наличие способности «Я» к реализации интегративной функции. Замещение, когда что-то может стать другим, оставаясь при этом самим собой, требует «Я»-усилий по удержанию и замещающего и замещаемого как разных

реальностей, но объединенных в сознании наличием «Я»-усилий. Выполняя это действие замещения, человек имеет дело не только и не столько с предметами, сколько с существованием собственных качеств в виде «Я»-усилий, которые формируют рефлексивный слой сознания наряду с его предметным содержанием.

Человек, испытывающий душевную боль, практически никогда не может осуществить внутреннее движение в своем сознании, так как там образовались превращенные формы, препятствующие этому движению.

Эти превращенные формы сознания возникают при реализации символической функции в действии замещения, когда жизненный стресс нарушает его строение и этим ограничивает предметное содержание сознания. Оно приобретает те параметры жесткости и завершенности, которые при взаимодействии с реальностью, в том числе реальностью «Я», вызывают у человека боль.

Сознание под влиянием жизненного стресса изменилось, «Я», утратившее интегративные качества, не создало или не может в этот момент создать адекватных ему форм, таким образом в сознании функционируют неадекватные содержанию формы, и это вызывает боль, рождает особые феномены иррациональности, синкретичности в поведении человека.

Предметность в этих формах не утрачивается, а тоже изменяется – превращается. Так, человеку переживающему жизненный стресс в связи с потерей близкого человека, может видеться его облик во всех людях. В ситуации жизненного стресса, вызванного конфликтными семейными отношениями, человек может не воспринимать мнения других людей (даже очень близких) о конфликтной ситуации, так как не может стать на другую позицию. Страсть тоже можно рассматривать как жизненный стресс, который преобразует предмет страсти, превращает его. Варианты таких превращений сознания широко известны и в жизни, и в литературе.

М. К. Мамардашвили называл превращения форм жизнью форм. Особенность ее состоит в том, что превращенные формы являются устойчивыми и воспроизводимыми, то есть создают особый функциональный орган психики. Он особенно заметен стороннему наблюдателю, который может рассуждать, например, так: «Как можно любить такого или такую?», «Что он (она) в нем (ней) нашел (нашла)?», «Разве она не видит, что он ее обманывает?», «Разве она не понимает, что ее просто используют?».

Реальность жизни превращенных форм сознания такова,

что самому человеку их существование кажется естественным фактом его жизни, даже если это тот фактор, который вызывает боль. Замечу в скобках, что боль – признак жизни, стремление от нее избавиться – признак живой психики или, если хотите, это признак здоровой психики.

Но есть предел этой боли и есть предел возможностей человека самому справиться с ней, в таких случаях и нужна помощь других.

Итак, превращенные формы сознания можно характеризовать как квазисубстанциональность, как предмет-фантом, как внутреннюю форму видимости, внутреннее поле, внутреннее пространство, в котором может осуществляться внутреннее движение.

Внутреннее движение – это не метафора, это содержательное описание факта индивидуального существования символической функции, реализуемой в разных предметных содержаниях через действие замещения. Как и всякое движение оно может характеризоваться направлением, скоростью, равномерностью (неравномерностью), моментом возникновения и исчезновения.

Возникает вопрос о происхождении этого внутреннего пространства, внутреннего движения. Ответить на него можно исходя из понимания структуры «социума» и «этноса» и места человека в этих структурах. Имеющиеся в психологии сведения об интроекции и проекции, закономерностях интериоризации и экстериоризации являются основой для поиска ответа именно в этом направлении.

Понятие «социум» позволяет Г. М. Андреевой характеризовать конкретные условия жизни человека в группе людей под влиянием взаимодействия с ними, а также особенности строения и функционирования различных групп и психическую сторону процессов общества, то есть можно сказать, что в это понятие входит то знание, которым контролируется поведение человека, живущего в определенных условиях, к которым он должен приспособить свои психические ресурсы за счет своей способности к обучению.

Самым типичным примером этого является, например, освоение ролевого поведения, когда известно (?) как должны вести себя мальчик и девочка, мать и отец, руководитель и подчиненный, старший и младший и т. п.

У психологов на этот счет есть достаточно оснований, чтобы вслед за К. Юнгом сказать, что, обучаясь, человек трансформирует свой стиль поведения и что это один из источников того отчуждения, которое создает тексты «Я» – «Он». Отчуждение от природной основы и данности своего

и отождествление самого себя со своим сознанием, усиление внимания к сознанию за счет ослабления внимания к бессознательному приводят к тому, что человек заменяет свою истинную сущность придуманной им концепцией самого себя. Получается так, что человек постепенно соскальзывает в концептуальный мир, в котором результаты деятельности сознания все больше вытесняют реальность.

Отсюда возникает множество психологических конфликтов, которые можно описать как конфликт веры и знания. Это ясно звучит в текстах людей, переживающих психическую боль: «Я ему верила как себе, а он…», «Я же знал, но не хотел верить, думал, что такого не может быть, она не способна на это…», «Мне все говорили, но я не хотел слушать…», «Что бы ни говорили, я знаю его лучше, чем кто-либо…», «Я верила в его порядочность…», и т. п.

Как показывает практика психологического консультирования, сознание здоровых людей, переживающих жизненный стресс как потерю силы «Я», во многом определено внешними объектами, именно на них человек возлагает всю (или почти всю) ответственность за свою жизнь, словно все в ней зависит от них. К числу таких внешних объектов относится все: время и место рождения, родители, устройство общества, знак зодиака, содержание программ телевидения, погода и т. п.

Практически получается, что во внутреннем пространстве человека не остается места для внутреннего движения – оно отождествляется с предметным, внешним.

Психическое как особая реальность начинает невольно отрицаться как непроявленное, «несуществующее», неправильное, даже мешающее осознающему разуму, который стремится отождествить себя с «Я» или со всем психическим, со всей психической реальностью.

Но можно считать доказанным множеством эмпирических фактов и теоретическими построениями существование бессознательного, которое воздействует на сознание и его содержание. Возможность существования символической функции основана на энергии бессознательного, реализующейся в действии замещения. Она объективна и проявляется в форме противоречивых чувств, фантазий, в импульсивных действиях, сновидениях, которые человек не создает, так как он сам является объектом их воздействия. Она, эта энергия, аксиологически ориентирует выбор человеком параметров для замещающих и замещаемых предметов при осуществлении действия замещения, являясь составляющей его чувствительности.

Думаю, что о ней можно говорить и как о качестве силы «Я»,

оценивая такие его проявления как конструктивность и деструктивность в отношении самого себя и своего сознания. Ноющий, постоянно негативно оценивающий все проявления другой жизни человек, по-моему, демонстрирует принципиально другое качество «Я», чем тот человек, который не теряет присутствия духа в любых обстоятельствах и умеет радоваться жизни вообще и своей в том числе.

Современные психологи часто понятие «социум» используют прежде всего для изучения сознания как содержания, которое измеряется коллективными стандартами. Индивидуальная психика рассматривается как вариант коллективного стандарта, таким образом задается приоритет в изучении «Я». Другие составляющие психической реальности скорее проговариваются, чем анализируются. Возможно, это связано с тем, что концепция человека, реализуемая учеными, содержит их собственное представление о роли веры и знания в осуществлении жизни, что и приводит к тому, что исследовательские программы включают разные формы связи человека с действительностью.

Мое представление о превращенных формах сознания и их функционировании в психической реальности человека, переживающего боль от жизненного стресса, я пытаюсь реализовать в своей работе с людьми и при этом постоянно сама учусь у них.

Понятие «этнос» позволяет рассмотреть качественно новые формы осуществления индивидуальной психической жизни, в которых есть не только коллективные шаблоны и стереотипы, но и основания для построения внутреннего пространства.

Русский философ Г. Г. Шпет понятие «этнос» соотносил с понятием «духовный уклад» народа. Он отмечал, что духовный уклад есть величина меняющаяся, но обязательно присутствующая в любом полном социальном переживании, что духовное богатство индивида есть прошлое народа, к которому он себя причисляет. Человек может даже «переменить» народ, но эта перемена требует огромного труда пересоздания детерминирующего его духовного уклада. Духовный уклад индивида и есть дух его народа. Трудно не согласиться с мыслью Г. Г. Шпета о том, что «народ» в психологическом смысле есть исторически текучая форма. Особенно это выявляется в ситуации психологического консультирования, когда человек в своем тексте стремится уйти от «Я»-высказываний, от «Я»-усилий по их построению и использует в тексте «Мы» или «Они», при этом четкого их разделения часто не происходит: они обозначаются как «люди», как «народ», как «нормальные люди», как «все» и становятся

не только возможным автором текста (человек говорит от их имени), но и адресатом текста. Примеры этого встречаются в самых разных лексических и синтаксических формах, но самой выраженной, когда речь идет о построении высказывания, отражающего душевную боль человека, является обобщение «все люди».

Утверждение: «Всем людям лучше, чем мне», – одна из форм выражения боли. Другой формой является вопрос, часто риторический: «Почему мне выпало это страдание?» Этот вопрос задается прямо или косвенно, но адресатом его не обязательно является психолог, это вопрос к неперсонифицированному адресату, в котором потенциально присутствуют «другие», которым этого страдания не выпало.

Третья форма, которая встречается значительно реже, это форма явного или подтекстового обвинения других в непонимании: «Я для других жила, а они…»

Душевная боль человека, его беда, его несчастье, создают особую ситуацию отношения к другим людям, которая находит свое конкретное психологическое воплощение в «Я» и «Других» как составляющих текста. Это тот материал, который непосредственно воспринимает психолог, слушая другого человека, это те сложнейшие темы жизни, которые являются предельными в строении человеческого сознания – темы смысла страдания.

Отношение к ним, возможность переживания страдания требуют от человека как единения с другими силами, так и собственных сил, источник которых в его «Я» может оказаться для него самого неизвестным или потерянным.

Психолог вместе с другим человеком начинает жить в теме его страдания, объединяясь с другими и отчуждаясь от них в уникальности индивидуального страдания человека. Таким образом, прикасаясь к этой стороне психической реальности, психолог начинает оперировать теми явлениями, которые связываются в науке с понятиями духовности и в психологии как науке присутствуют в весьма смутном виде. Это – сфера этики, религии, философии и, крайне редко, психологии.

Мне думается, что причины этого – в строении сознания самих психологов.

Такие понятия, как духовный уклад народа, перестают в работе психолога быть абстракцией – это тот целостный внетекстовый предмет, как говорилось выше, который создает саму возможность существования текста человека, принадлежащего к этому народу. Дело не только в языке, на котором будет выражено страдание, дело в том, что и как

отражает этот язык. Это вся история народа, к которому принадлежит человек. История, имеющая пространственно-временные границы существования народа, обладающего общим языком, общим духовным укладом, который возникает через обозначение в переживании своего и другого народа, своего «Я» как составляющей народа.

У человека есть особые переживания народности, национальности, которые сегодня только становятся предметом исследования в этнической психологии. Эти переживания возникают у человека из присвоения себе известных исторических и социальных взаимоотношений и в противопоставлении их другим народам. Этнос как психологическая общность и существует благодаря общности этих переживаний, которые создают границы психологического пространства через обозначение своего и другого народа, себя как части народа.

Историческая судьба народа на психологическом уровне не представляется метафорой, она источник таких индивидуальных составляющих сознания, как духовный облик, духовная сила, духовный уклад конкретного человека, его духовное богатство и духовная красота. Их можно наблюдать при работе с человеком в тех ситуациях страдания, когда, переживая его, встречаясь с ним как с реальностью своей жизни, человек обосновывает логику страдания.

Это кажется неестественным, но страдание, вызванное нарушением индивидуальной логики человека, побуждает человека к поиску логики в самом страдании, то есть побуждает его к трансцендентальной позиции, которая уже есть не только рефлексия и не столько рефлексия, сколько рефлексия над рефлексией. Этот уровень сознания описан в философской литературе, психологи же только приближаются к постановке тех проблем, которые всегда были предметом обсуждений в религиозной, философской и художественной литературе. Это проблемы смысла страдания, той предельной ситуации человеческой жизни, которая требует от человека как единения с другими людьми, так и отчуждения от них в переживании своей боли, которая обращает его к существованию его жизни как уникальной целостности, которая выделяет в жизни один из главных ее признаков – боль.

Можно, думаю, попробовать описать психологическое содержание духовных составляющих сознания человека, основываясь на том непосредственном опыте работы с людьми, который раскрывается в психологическом консультировании.

Духовный облик человека – это содержание основания для обоснования им своей жизни, та аксиоматика жизни, которая

уничтожаясь, уничтожает саму жизнь. Духовный облик воплощается во всех продуктах деятельностей человека, во всем, что и каким образом человек делает с жизнью как с особым явлением (в том числе и со своей жизнью).

Представляется, что в этом смысле нет необходимости приводить многочисленные примеры: варварство и созидание современных людей в разных сферах жизни как отношение к жизни красноречиво говорят сами за себя. Только в консультировании встречаешься с ними как с позицией человека по отношению к жизни, которое формулируется им в концепции жизни и осуществляется как эта концепция.

Духовная сила конкретного человека может пониматься как способность удерживать в сознании жизнь как целостный предмет, делать ее предметом мышления, предметом чувств, предметом действий и отношения «Я» и таким образом сопротивляться всем формам не-жизни.

Духовный уклад индивида зависит (но не определяется) от того этноса, к которому он принадлежит, от тех принципов обоснования общности жизни, существующих у народа, к которому каждый из них ощущает свою принадлежность.

Духовное богатство человека связано с тем содержанием индивидуальных переживаний, которые обосновывают для самого человека ценность жизни и ее назначение.

Духовная красота каждого раскрывается в ситуации страдания как стойкость и жизнелюбие, то есть самообоснование «Я» своей любви к жизни. Это сохраняет духовный облик человека как высшее проявление его сознания, как отражение универсальности жизни в конкретном переживании страдания.

Психолог встречается с этими составляющими сознания человека как с содержанием его текста.

Сегодня, когда за очень короткий исторический отрезок времени в индивидуальном сознании миллионов людей трансформировалось понятие «советский народ» и произошла актуализация переживаний принадлежности к «социуму» и «этносу» (что неизбежно актуализирует и переживания отчужденности от этих образований, так как чувства людей по своей природе противоречивы), перед психологом, как и перед любым человеком, принадлежащим к этой общности, стоит задача определения того целостного внетекстового предмета, который и для него самого будет определять смысл его индивидуальной жизни в общности людей. Или, говоря иначе, будет составлять его духовный облик, порождающий те превращенные формы его индивидуального сознания, которые он может (должен) использовать для воздействия на другого

человека с целью создания в диалоге с ним того «Я», которое поможет другому человеку восстановить внутренний диалог, найти опору своим «Я»-усилиям для создания новых форм сознания, которые смогут соответствовать изменившемуся содержанию сознания под влиянием переживаемого жизненного стресса.

Пустота, которую ощущает человек, переживающий жизненный стресс, вызвана, по-моему, практически всегда тем, что человек столкнулся с дискретностью своего сознания. Дискретность – только одно из проявлений сознания, одна из характеристик его чувственной ткани. Все ощущения имеют начало и конец, мы начинаем что-то ощущать как определенный вкус или цвет, или запах, или звук, или прикосновение, а потом это ощущение исчезает или превращается в другое.

Непрерывность сознания задается существованием целостного внетекстового образования. М. К. Мамардашвили называл его невербальным корнем бытия. Именно его существование дает основание для проявления «Я»-усилий, оно выполняет и роль материала для строительства новых форм сознания, когда его содержание изменяется.

Человек, ощущающий пустоту, переживающий душевную боль, потерял связь «Я»-усилий с этим невербальным корнем бытия, с этим целостным нетекстовым образованием. Одной из конкретных форм такой потери может быть потеря веры в людей, или потеря веры в себя, или потеря веры в справедливость и т. п. Форма его сознания пуста, у нее нет содержания, а у «Я»-усилий нет опоры для создания новых форм. Их функционирование в сознании как пустых форм и создает переживание пустоты, болезненности.

Конечно, это только одно из возможных объяснений, когда необходимость духовной работы, сама возможность ее существования как работы по удержанию целостности жизни, открывается человеку с особой остротой, вызванной душевной болью и ее переживанием.

Дискретность сознания как бы проявляет его потенциальную непрерывность как существенное качество живого сознания, в котором могут реализоваться «Я»-усилия по созданию новых форм сознания. Это проявление рефлексивного слоя сознания в его основном качестве преодоления дискретности своего же чувственного слоя. Благодаря рефлексии существуют в сознании будущее время и его связь с настоящим и прошлым.

Время для человека не может разворачиваться вне пространства. Когда сознание дискретно, время как бы останавливается, будущее перестает существовать. Рефлексия

возвращает время, но только тогда, когда для ее проявления есть пространство.

Такое пространство может быть пространством «социума» или «этноса» или пространством духа (невербального корня бытия, внетекстового целостного образования). Мне думается, что последнее пространство в отличие от первых двух обладает бесконечностью и безмерностью, то есть в нем есть вечность как параметр времени, тогда как «социум» и «этнос» ограничены, а значит, смертны. В них, в силу ограниченности, заложен природой самой системы потенциал саморазрушения, тогда как в пространстве духа этого не может быть уже потому, что оно предполагает наличие изменяющейся целостности и усилий по ее сохранению, само себя изменяет и сохраняет себя как целостность, как универсальное проявление жизни.

Это духовный слой сознания, где «Я»-усилия в каждый момент времени их осуществления есть создание другого «Я», но как проявление в нем (в себе другом) жизни.

Универсальные проявления жизни давно известны людям и при понимании природы душевной боли человека, при осознании психологом своей роли в помощи по преодолению боли, их так же нельзя не замечать, как нельзя не замечать солнце, воздух, воду, землю, которые дают нам возможность жить на свете, если мы своими усилиями не превращаем их в свою же смерть. Эта аналогия, по-моему, отражает безусловное существование нравственных законов в психической жизни человека.

Именно они показывают наличие в жизни человека ее универсальных характеристик, именно они вводят в бытовую психическую реальность жизни человека тот момент вечности, игнорирование которого через любое ограничение пространства жизни лишает «Я»-усилия основания для создания жизни и порождает душевную боль или психическую смерть.

Считается, что психолог, консультируя другого человека в ситуации переживания жизненного стресса, помогает другому человеку найти альтернативы – новые пути построения отношения к своей жизни.

Я попробовала объяснить, что осознание жизни может происходить в разных слоях сознания: чувственном, рефлексивном, духовном. У психолога, как и у любого человека, есть выбор слоя сознания, в котором он будет работать с другим человеком, расширяя его сознание за счет восстановления диалога «Я» – «Я».

Осознавать можно на уровне чувственного слоя и ориентироваться на непосредственные ощущения и их

болезненность. Осознавать можно на рефлексивном слое и ориентироваться на «Я»-усилия по преодолению боли и осуществлению логики жизни в ее будущем времени, в настоящем, в прошлом или в связи времен. Осознавать можно и на духовном уровне, когда человек осознает себя, свое «Я» как проявление универсальных законов жизни и свою жизнь как конкретное проявление универсальности.

На что будет ориентироваться психолог и на что он будет ориентировать другого человека? Этот вопрос относится к тем, на которые нет ответа, а можно только высказать предположение. Думаю, что при этом уместно еще раз вспомнить слова Р. М. Рильке:

ЕДИНОЕ – и внутри мировое
пространство все связует.
И во мне летают птицы.
К дальней вышине хочу подняться –
и шумлю листвою.

1.3. Структурирование переживаний как этап консультирования

Речь пойдет о заключительном этапе консультирования здоровых людей, переживающих жизненный стресс.

Главная задача этого раздела – структурирование переживаний. Остается только уточнить: переживаний чего. Уточнить, выделяя предмет переживания (его я уже называла жизнью с изменившейся логикой). При этом можно будет описать те способы и средства структурирования, которыми пользуется человек и которыми он мог бы воспользоваться как потенциально возможными, благодаря диалогу с психологом. Через структурирование предмет становится доступным для отношений, для проявления в отношении к нему позиции, фиксирующей основания для «Я»-усилий человека. В то же время это и возможность для фиксирования «Я» как особого качества психической реальности.

Таким образом, все составляющие переживания – предмет, отношение к нему и «Я» – становятся проявленными и переживание приобретает тот характер, который позволяет Л. С. Выготскому говорить о нем как о единице психической жизни.

Тогда происходит движение в психологическом пространстве человека, которое воспринимается как изменение отношения, как расширение сознания, как изменение в «Я». Действительно, все эти изменения происходят или одновременно, или разделенно во времени и, естественно, преобразуют психологическое пространство человека, вводя в него новые параметры и предмета, и «Я».

В консультировании это наблюдается как озарение (инсайт) человека, как прозрение, как просветление, как понимание, которые самим человеком часто именно этими словами и описываются. Вот только некоторые из примеров текстов, отражающих процесс структурирования: «Дошло…», «Теперь я понимаю…», «Как я раньше этого не видела…», «Много же я не понимал…», «Куда я раньше смотрела…», «Действительно, почему же так не думать…», «Я боялась себе признаться, прятала это от себя…», «Я же существую, значит что-то во мне есть…».

Перечень можно было бы продолжить, но я хочу рассмотреть те формы, в которых происходит структурирование переживаний.

Выделение этих форм связано с понятием опосредованности как важнейшего качества психической жизни человека (9).

В современной психологической литературе имеется описание нескольких форм опосредования как структурирования переживаний человека. Все они имеют знаковый характер и представлены в текстах человека. Это – движение, слово, миф, символ, образ.

Работы Л. С. Выготского, А. Ф. Лосева, М. К. Мамардашвили, Г. Г. Шпета, А. Р. Лурия, А. Н. Леонтьева, В. П. Зинченко, М. Коуэла, Дж. Верча, М. М. Бахтина, Ю. М. Лотмана, А. Лоуэна позволяют увидеть в психологическом консультировании те процессы порождения новых качеств переживаний, которые не только вселяют оптимизм как возможность помочь другому человеку пережить жизненный стресс, но и открывают возможность трансляции этого опыта в тексте как опыта профессиональной деятельности (8, 9, 14, 15, 18, 23–25).

Учитывая значимость этого содержания, выделяю его в отдельную главу, а этот раздел о заключительном этапе консультирования закончу несколькими суждениями о предмете переживаний здорового человека, который нуждается в психологической помощи. Еще раз напомню, что этот предмет был назван жизнью с изменившейся или нарушенной логикой.

Изменения в ней вызваны воздействием. Каким? Это может быть воздействие извне и самовоздействие человека. В том и другом случаях итог этого воздействия – нарушение логики жизни и душевная боль.

Боль, страдание – это тема текста, который человек адресует психологу. Психолог должен воспринять его своим текстом, где есть содержание, порожденное его «Я»-усилиями, то есть существует не пустая форма, а живая. В художественной литературе тоже есть понятие живого слова. Думаю, оно близко по смыслу тому, что переживает психолог, воздействуя на другого человека своим текстом как автор этого текста. Он непосредственно воспринимает и адресата этого текста и получает от него обратную связь, необходимую для осуществления взаимодействия.

Что будет использовать психолог в своем тексте о страдании? Какую идею, концепцию страдания он сформулирует и представит как текст? Это личный выбор каждого психолога, это отражение его духовного облика.

Мне думается, что те процессы, которые можно наблюдать в профессиональной среде психологов, говорят о том, что многие коллеги, занимающиеся консультационной практикой, пытаются использовать различные культурные варианты философского и религиозного опыта, часто аккумулируя их для решения профессиональных задач, что расширяет их собственное сознание

и привносит в отношения с другими людьми тот элемент универсального человеческого опыта, к которому всегда была восприимчива отечественная культура.

Можно было бы обсудить вопрос о содержании психологического пространства людей, принадлежащих к разным культурам, к разным «этносам», но эта исследовательская задача не является актуальной для данного пособия.

Большинство людей, с которыми приходилось работать в психологическом консультировании, ориентировано на христианские идеи, отражающие место и роль страданий в жизни человека, поэтому позволю себе напомнить некоторые из идей, которые, как кажется, с той или иной степенью рефлексивности представлены в текстах практических психологов.

Это несколько основных христианских идей, без которых практически трудно понять проблему страдания.

Я воспользуюсь для изложения этой сложнейшей темы данными американского философа К. С. Льюиса: свое понимание психологической природы страдания я могу объяснить его словами: «Когда я думаю о тревоге, снедающей как пламя, и о сухой пустыне одиночества, о гнусной каждодневной нищете, о тупой боли, закрывающей от нас мир, и о боли, тошнотворно острой, мне так страшно, что я бы от них застраховался, если бы знал, как это сделать. Но при чем тут мои чувства? Вы их и так знаете, ведь они и ваши. Я не пытаюсь доказать, что страдать нетрудно. Страдать ужасно, иначе не о чем было бы и говорить. Я просто хочу показать, что в старой мысли о спасении через муку что-то есть, а не доказать, что это приятно» (26, с. 163).

Боль, переживаемая человеком, всегда соседствует со страхом и состраданием. В переживании страха человек встречается с проявлением предела, границы своих возможностей, он становится беспомощным и теряет основания для «Я»-усилий, выход из страха обращает человека к пониманию существования сил, превышающих его собственные. Эти силы он может называть разными именами: «Судьба», «Воля Всевышнего», «Проявление Божественной Власти и Божественной Милости» или «Универсальный Разум». Дело не в названии, а в том, что ситуация переживания боли и возникающего от этого страха открывает человеку существование трансцендентальной позиции, которая реализуется в его жизни. Это путь к смирению – особому действию, которое человек может осуществить с трансцендентальной позиции и, таким образом, подняться в сферу своей духовной жизни, чтобы увидеть ее как целостное явление.

Страх боли открывает человеку существование границ его самодостаточности, показывает неизбежность нарушения этих границ силами, превышающими силы «Я». Человек должен покориться этим могущественным силам, стать послушным и покорным и должен действовать, ориентируясь на них. В этом смысле можно говорить о психологической пользе страха, который способствует проявлению трансцендентальной позиции человека.

Кроме того, боль порождает сострадание. Она открывает человеку свою принадлежность живому как его естественное свойство. Там, где есть жизнь, там есть и боль. Сострадание боли – проявление своего единства с миром жизни, в котором сила сострадания как творческая сила противостоит силе боли, силе смерти, разрушающей жизнь. В этом единении со всем миром жизни человек обретает силы «Я», находит основания для «Я»-усилий, которые были разрушены или разрушаются страхом.

В сострадании человек преодолевает страх и становится способным к определению своей трансцендентальной позиции по отношению ко всем проявлениям жизни, в том числе и к своей собственной. Эта позиция порождает жалость и деятельную доброту как высшие проявления сострадания.

Существование страданий позволяет человеку осознавать наличие Добра как качества человеческой жизни, которому есть (или могло бы быть) место и в его жизни. В сострадании открывается, как высшая истина, участие самого человека в творении жизненного добра.

Вопрос о необходимости страдания нет смысла обсуждать формально логически, так как, говоря о законах жизни, мы не можем ввести понятие целесообразности, доступное только логическому разуму. В жизни присутствует смерть, и ее «целесообразность» каждый человек постигает только пройдя через страдания. Этот путь может быть освящен религиозными чувствами, тогда он ведет к новому жизненному знанию, к мудрости смирения, к терпению и кротости, к деятельной жалости и состраданию. Этот путь может быть путем обиды на Всевышнего за посланные страдания, и тогда он делает человека жестоким и немилосердным.

Можно сказать, что на пути страдания каждый встречает проявления своей воли и воли Всевышнего. Своя – человеческая, индивидуальная – воля определяет путь к осуществлению желаний, воля Всевышнего проявляется в его власти над страданием и смертью, над тем невербальным корнем бытия, присутствие которого ощущает человек, живущий полной

жизнью, и переживание его отсутствия возникает у человека в моменты душевной боли.

В страдании человеку открывается (может быть открыта) та особенность мироздания, в которой как в проявлении жизни нет покоя и завершенности. Человек всегда изменчив, всегда наполнен движением, в котором есть место всему – горю и радости, спокойствию и страху, мудрости и глупости, милосердию и жестокости, добру и злу… Страдание открывает как конечность, завершенность, так и бесконечность этого мира. Предел страдания – смерть, но она конечна и не умножает само страдание.

Пережитое страдание приносит облегчение, оно не порождает новой боли. Это важнейшая особенность страдания, ибо страдание всегда связано с болезнью или со злой волей другого человека. Страдание не оказывает дурного влияния на его свидетелей, оно порождает в них жалость и сострадание. Можно сказать, что страдание – это тот вид переживания, который является естественным для жизни и не может разрушить ее основ, оно может стать пределом жизни и может стать воплощением самой жизни, но никогда не порождает зла, так как является чистым злом. В этом отличие страдания от ошибки и греха человека. При переживании ошибки или греха человеку обязательно надо что-то переделать, переменить, исправить, иначе ошибка и грех будут повторяться снова и снова. И грех, и ошибка могут повториться, если повторяется их причина. Для греха – это искушение, для ошибки – усталость или что-то еще, возникающее из непосредственных условий жизни.

Когда закончилось страдание, ничего выправлять не надо.

Если ошибки как заблуждения могут заражать других людей, а грех служит соблазном и оказывает воздействие на его свидетелей (одни ему попустительствуют, другие осуждают и гневаются), то через страдание открываются новые качества жизни. Через страдания человека в мире творится добро, так как в страдании нет тлетворного начала, в нем зло искупает само себя, творя добро.

Переживая страдание, человек создает новые формы своего сознания, которые есть, как можно думать, высшая доступная ему форма творчества. Возможно, поэтому так часто говорят о духовной красоте, о силе и кротости, которые люди в период тяжелых страданий проявляют.

Психолог, анализируя переживания боли, встречается с тем, что они как проявления жизненного стресса выражены в разной степени. Мне думается, что в реальной работе с людьми есть

смысл дифференцировать переживания боли по их качеству, ориентируясь на понятие ошибки, греха и страдания. В этом случае есть возможность воздействовать на содержание переживания, на его осознание с целью выработки альтернатив.

Если использовать для этого понятие ошибки, то выработка альтернатив будет связана с анализом причин ошибки и воздействия на них. Можно, например, анализировать типичные ошибки взрослых в отношении к детям – симбиотические связи или авторитарный стиль и т. п.

Тогда работа психолога – это определение типа переживания боли как ошибки и работа над ошибкой или ошибками как их исправление – создание альтернатив.

Боль человека может быть вызвана грехом, нарушением нравственных заповедей. Стратегия работы психолога, естественно, будет определяться его религиозным и нравственным сознанием. Мне представляется далеко не бесспорным утверждение, что психологи не работают с нравственными категориями, то есть не оценивают содержание переживаний людей. Эта оценка возникает как осознание (самим психологом и другим человеком) содержания переживаний как необходимость понимания их причин.

Психолог, работающий в области христианской социальной этики, может, и, думаю, должен, способствовать выработке альтернатив искупления греха людьми, переживающими раскаяние как состояние душевной боли. В светской практике отношений это связано с действиями прощения и раскаяния. Сам человек без помощи других часто это сделать не в силах. В организации этих действий и будет проявляться роль психолога, способствующего осознанию содержания переживаний душевной боли.

В ситуации переживания страдания как проявлении душевной боли психолог может исполнить роль человека, задающего тон переживанию. К. С. Льюис не был полностью убежден, что страдание само по себе, без подсказки, непременно породит дурные чувства и черты. Такая подсказка о содержании отношения к страданию может исходить от других людей, и психолог может стать одним из них. Если он сумеет это сделать, то подскажет то отношение к страданию, которое не только уменьшит это страдание, но и раскроет его жизненный смысл.

Мне кажется особенно важным, чтобы люди, работающие с содержанием чужих страданий, были в состоянии не только классифицировать их, но и понимать, что благородное негодование по поводу чужих страданий опасно тем, что может

умалить терпение и смирение страдающего и подтолкнуть его к ненависти и цинизму.

Выработка альтернатив как осознание содержания переживаний – это работа психолога в ситуации жизненного стресса другого человека, который готов к принятию воздействия психолога (в ситуации его профессиональной работы) как другого человека. Думаю, что нет смысла еще раз напоминать об ответственности психолога, который имеет дело с ситуацией, которая может как создать новые качества психической жизни, так и полностью разрушить всю жизнь. Сегодня об этом хорошо известно, и не принимать это в расчет, ориентируясь только на собственные переживания профессиональных возможностей, по крайней мере, глупо.

Суть дела состоит в том, что, осознавая свои переживания, вырабатывая к ним альтернативное отношение, человек совершает работу, проявляет «Я»-усилия, которые завершаются результатом – структурированием переживаний. Что это за результат, как он представлен в психологическом пространстве и времени жизни человека?

Все факты, которые в связи с этим можно наблюдать и анализировать в практике психологического консультирования, позволяют утверждать, что происходит следующее:

– человек получает переживание границ «Я» через их обозначение;

– человек выделяет предмет своего переживания как целостность, как реальность, которая обладает своими собственными пространственными и временными характеристиками, относительно независимыми от существования «Я»;

– человек переживает наличие «Я»-усилий как возможности воздействовать на свое психологическое пространство, сужать и расширять его, менять систему координат, переориентировать во времени и т. п.

За счет этого изменяется структура внутреннего диалога, обозначаются качества текста, которые в нем или отсутствовали, или были нарушены. Прежде всего восстанавливается целостность текста, что предполагает существование других тем как возможность присутствия новых его свойств.

Как это проявляется на этапах консультирования?

Прежде всего человек начинает строить «Я»-высказывания, то есть может говорить о себе, о своем состоянии и его качестве.

Человек начинает воспринимать предмет переживания как часть своей жизни, а потом все больше отдаляется от него и тем самым обеспечивает автономность как своего

существования, так и существования предмета переживаний.

Человек пытается воздействовать на предмет новыми для него способами или воздействует на себя с целью обеспечения автономности от предмета, защищает себя от воздействия предмета.

Это отражается в высказываниях человека как осознание происходящих или происшедших перемен в отношении к предмету переживания и к своему «Я». Примером могут быть следующие высказывания участников ситуации психологического консультирования:

– Я – обыкновенный человек, у меня тоже есть своя жизнь, в которой я не только мать, но еще и женщина, и дочь, и жена. Как я раньше об этом не думала?!

– Конечно, я бы хотела знать все, что с ним происходит в школе и на улице. Я его всегда обо всем расспрашивала и проверяла, что он говорит. Не доверяла, одним словом. Но ведь так страшно, такое время страшное.

– Значит, мне надо подождать, пока он сам расскажет? Может быть, лучше будет, если я сама начну ему рассказывать о том, что и как было на работе?

– Я его перед всем классом стыдила… Что я сделала, а ведь я ему мать…

– Я ее внутри себя отпустила на свободу и себе дала свободу, чтобы любить друг друга, чтобы не мешать крыльям…

– Я столько суетилась, все казалось, что мало даю им – дочкам – без отца растут, все недостаток чего-то в доме… Не надо суетиться, надо время и для думанья, для разговоров просто ни о чем. Найду для этого время.

– Мне ваша психология помогла, знаете, в чем: я подошла к зеркалу и первый раз за всю жизнь посмотрела на себя, чтобы найти в себе хорошее. Ведь я еще ничего, правда?

– Вот вы говорите, что он сам может. Ничего он не может. Это он сам у вас здесь сделал (плачет)!?

– Я обязательно поговорю с ним, я уже знаю, как я это буду делать. Я накрою красиво стол и будет много еды и музыка, и я скажу ему, что это потому, что мы начинаем новую жизнь…

– Мне надо, чтобы мне говорили, что я есть, понимаете, надо, чтобы говорили словами и глазами и по-разному. Я забыла, что я – есть.

– Так трудно это принять, мы двадцать лет прожили вместе, а теперь я воспринимаю его как незнакомого человека, как чужого человека, а ведь мы не могли жить друг без друга – такая сумасшедшая любовь была…

– Я стараюсь не думать о себе с жалостью, что я – брошенная

жена, нет, все иначе, это только на поверхности так, а на самом деле, мы давно были чужие друг другу люди и только нужен был повод, чтобы сказать прощальные слова. Мы расстались без взаимных обид.

– Не могу ничего делать – постоянно думаю о словах, которые я могла бы сказать, а не сказала, не успела сказать, не захотела сказать… Теперь, когда я с вами говорю, то понимаю, что дело не в этих словах, а в моем страхе быть непонятой.

– Мои дети не могут иметь многого из того, что хотели бы, что я хотела бы для них, но это не значит, что они не чувствуют любви к себе, что они не знают о ее существовании. Такая это простая мысль, но ее надо было сформулировать и сказать вслух, правда? Оказывается, это так важно, сказать вслух то, что есть. Правда в том, что мы действительно бедны.

– Моя дочь – самостоятельный человек и может сама принимать решения, и может сама ошибаться и исправлять свои ошибки. Как я была против этой мысли, все время гнала ее прочь от себя.

– Не хочу отпускать ее из дома. Что я буду делать без нее? Что я буду делать в пустом доме, где все было сделано для нее? Что я говорю, я же превращаю дом в тюрьму!?

Примеров можно привести великое множество. Суть их – в отражении изменений в структуре переживаний человека во время психологического консультирования. За счет чего это достигается?

Образование структур, хороших форм – одна из фундаментальных характеристик сознания, которая была исследована и описана подробно сначала на материале восприятия в гештальт-психологии. Сегодня само понятие гештальта[4], как законченной формы, широко применяется для описания процессов, происходящих в разных слоях сознания. Оно позволяет выявить и описать относительно устойчивые образования в психике человека и интерпретировать их. В этой работе мне представляется важным рассмотреть существование гештальтов как форм, наполненных определенным живым содержанием.

Гештальты в отличие от фантомов проявляют качества жизни, то есть изменяются сами, структурируются и способствуют появлению новых качеств вне и внутри себя, например, при событиях, которые происходят в ситуации психологического консультирования. Самым важным событием является появление «Я»-высказываний как нового для человека гештальта, который переориентирует все психологическое пространство внутри и вне себя. Как мучительно рождается этот гештальт, как трудно

говорит человек: «Я думаю», «Я хочу», «Я могу»… Часто это вызывает у него даже слезы, вопросы к собеседнику-психологу о целесообразности этого мучения или он отказывается от высказываний. При проявлении гештальта человек сам замечает, что ему «легко говорить о чувствах», что «нет ничего страшного в словах», что «чувств больше, чем слов» и т. п. Кроме того, при этом он имеет возможность проявления «Я»-усилий, так как с их помощью можно обнаружить существование своего сознания и его качества.

«Я теперь думаю иначе», «Я знаю, как лучше думать», «Мне нет смысла скрывать от себя» и т. п. высказывания в ситуации психологического консультирования раскрывают изменения, происходящие в сознании, когда начинают функционировать новые гештальты. Создание новых гештальтов требует от человека усилий, направленных на предмет его переживания, этот предмет надо увидеть иначе, по-новому, надо создать то единство формы и содержания, которое характерно для гештальта как хорошей формы. В гештальт-психологии для этого используют принцип «здесь и теперь», позволяющий актуализировать восприятие предмета переживаний, что часто ведет к появлению инсайта (озарения), когда человек открывает для себя целостность предмета переживания или его новые качества.

Я не могу более подробно анализировать, как и почему происходит инсайт (об этом мало данных в доступной мне психологической литературе), а практика консультационной работы позволяет отметить только то, что специально организовать инсайт почти невозможно. Можно говорить об уровнях готовности человека к инсайту как проявлении его открытости к воздействию другого (человека или предмета), можно описать типы инсайтов, но не более.

В настоящей работе для меня важным является факт существования и эмоционального, и интеллектуального инсайтов как способов целостного отражения предмета переживания. Подробнее об этом писали Дж. Сандлер, Кр. Дэр и Ал. Холдер (38). Можно, думаю, сказать, что изменения в сознании человека могут быть разного качества, но функция их как функция обоснования «Я»-усилий останется неизменной, а также, что инсайты побуждают сознание человека к созданию новых гештальтов, восстанавливая его способность к порождению новых форм.

Другой человек, психолог, может выступить носителем новых форм, которые будут способствовать целостному видению предмета переживаний, то есть будут способствовать созданию

инсайта. Ему это удается сделать, так как психолог может ориентироваться на качество опосредованности психических процессов как формообразующее качество сознания. Для этого есть все основания, о чем и пойдет речь в следующей главе.

Глава 2
Опосредованность – качество психической реальности

– Только не говори им снова, что король был голым… Все равно все понимают это по-разному…

(Из советов при обсуждении идеи главы)

2.1. Что такое опосредованность?

– У коровы четыре угла, и она дает из них молоко, сыр, творог и сметану.

Над этим суждением четырехлетнего малыша можно было бы только весело посмеяться, если бы в практике работы с людьми таких «углов» не встречалось великое множество как фактов искажения в восприятии не только качеств другого человека, но и своих собственных, а за этими фактами не было бы слез. Значит, есть то, что называют проблемой, и надо ее сформулировать и надо ее попробовать решить.

Суть проблемы имеет общепсихологическое происхождение – оно в опосредованном, искусственном характере высших психических функций человека. Это было понято и описано Л. С. Выготским и сегодня является одним из достижений отечественной психологии.

Выготский сформулировал основные правила развития высших психических функций, которые мы и рассмотрим.

Первое правило состоит в том, что история развития любой высшей психической функции не является прямым продолжением или усовершенствованием аналогичной элементарной функции. Это всегда есть изменение направления развития, появление его нового плана. Каждая высшая психическая функция – это специфическое новообразование.

Правило второе позволяет утверждать, что высшие психические функции представляют собой новые психологические системы, которые включают в себя уже существовавшие элементарные психологические функции и перестраивают их. Каждая новая высшая психическая функция это единство высшего порядка, то новое целое, которое возникает как новообразование, определяемое, в основном, своеобразным сочетанием ряда более элементарных функций в этом новом целом.

Правило третье позволяет рассмотреть процессы распада высших психических функций как уничтожение связи между символическими и натуральными процессами. В силу этого возникает ситуация, когда натуральные процессы отщепляются и начинают действовать самостоятельно по примитивным законам.

Все эти законы позволяют, на мой взгляд, рассматривать явления жизненного стресса человека как изменения в его высших психических функциях, которые временно перестают существовать как целостность, как то единство качественно

нового порядка, о котором говорил Л. С. Выготский, описывая их отличие от натуральных процессов. Нарушается символическая функция сознания, обеспечивающая эту целостность как форму сотрудничества человека с самим собой.

Думаю, что подобное суждение вполне правомерно, так как в работах Л. С. Выготского убедительно доказаны положения, относящиеся к онтогенезу[5] высших психических функций, которые можно использовать как обоснования для суждения о роли символической функции в сознании взрослого здорового человека: «Анализ показывает, что всякая высшая психическая функция была раньше своеобразной формой психологического сотрудничества и лишь позже превратилась в индивидуальный способ поведения, перенеся внутрь психологической системы ребенка ту структуру, которая и при переносе сохраняет все основные черты символического строения, изменяя лишь в основном свою ситуацию.

Таким образом, знак первоначально выступает в поведении ребенка как средство социальной связи, как функция интерпсихическая; становясь затем средством овладения собственным поведением, он лишь переносит социальное отношение к субъекту внутрь личности. Самый важный и основной из генетических законов, к которому приводит нас исследование высших психических функций, гласит, что всякая символическая деятельность ребенка была некогда социальной формой сотрудничества и сохраняет на всем пути развития до самых высших его точек социальный способ функционирования. История высших психических функций раскрывается здесь как история превращения средств социального поведения в средства индивидуально-психологической организации» (9, с. 56).

Думаю, что о взрослом человеке, переживающем жизненный стресс, можно сказать, что его индивидуальная манера поведения оказалась недостаточной для решения жизненных задач, у него нет знаков, необходимых для управления своим поведением.

Нет знаков, которые позволили бы выполнить символическую функцию сознания. Можно сказать, что человек нуждается в такой форме социального сотрудничества, которая позволила бы ему управлять своим поведением через освоение новых знаков. Это будут те знаки, которыми он овладеет в психологическом сотрудничестве с психологом, а если такового нет, то в социальном сотрудничестве с другим человеком. Другой человек становится необходимым для осуществления социального отношения к человеку как отношения, восстанавливающего, удерживающего и проявляющего его

индивидуальную жизнь как целостный предмет.

Другой человек является (может стать им) носителем таких знаков, которые будут способствовать появлению новообразований в психической реальности взрослого человека как перестройке его функциональных систем. Важными моментами такой перестройки, по Л. С. Выготскому, является замещение функций, изменение натуральных функций (элементарных процессов, образующих основу для высших функций и составляющих часть ее), а также возникновение новых психологических функциональных систем (или системных функций), которые принимают на себя в общей структуре поведения роль, исполняемую до того отдельными функциями.

Это влияет на содержание переживания человека и воспринимается им как помощь другого в восстановлении смысла жизни, в обретении нового видения жизни, в создании нового источника жизненных сил и т. п.

Другой человек (психолог в силу своей профессии) выполняет роль замещения функций в том смысле, что восстанавливает внутренний диалог человека на новом содержании сознания, обеспечивая в этом диалоге использование средств, – знаков, отражающих целостность жизни человека, переживающего жизненный стресс. За счет этого происходит и изменение натуральных функций, например, ощущений человека или его непроизвольной памяти и возникают новые психологические функциональные системы как новое видение жизни и себя в ней.

Говоря о преобразовании знака в психической реальности человека, можно сказать, что жизнь знака в ней сформулирована Л. С. Выготским так: «…если в начале развития стоит дело, независимое от слова, то в конце его стоит слово, становящееся делом. Слово, делающее действие человека свободным» (9, с. 90). Хотелось бы добавить, что это слово, обращенное прежде всего к себе.

Это тот путь, который проходит знак, становясь в итоге своим в психической реальности человека. Это тот путь, который надо будет проделать тем знакам, которые будут использоваться в психологическом консультировании как знаки, организующие социальное взаимодействие, социальные отношения к человеку, переживающему жизненный стресс.

Знак, требуя усилий по его использованию при осуществлении действия замещения знаком реального предмета, не только создает новое качество «Я»-усилий, но и изменяет течение психических функций, что естественно для его роли медиатора. Со знаком уже надо обращаться иначе, надо действовать в соответствии с его свойствами, а не так, как это

было до его отсутствия.

Мне кажется важным в этом отношении замечание Дж. Верча (8) о том, что субъектом опосредованного действия становятся индивид или индивиды, действующие совместно с медиаторами. При этом медиаторы, формирующие опосредованное действие, как правило, не возникают в ответ на требование этого действия, они имеют свою собственную природу, которая может быть весьма далека от содержания того действия, в котором они применяются. Однако использование медиаторов уже создает вокруг них такие обстоятельства, которые не были предусмотрены или не могли быть предусмотрены при их создании. Примером этого может быть использование психологами метафор и сказок, которые создавались в то время, когда профессии психолога просто не существовало.

Можно сказать, что специальное создание терапевтических метафор как особое профессиональное действие психолога это уже действие по созданию медиатора, а не его использование. Технология построения таких метафор есть специальная активность по созданию медиаторов, которые можно будет использовать для опосредования отношений с другим человеком, а он сам может их использовать в применении к самому себе. Подробнее об этом писали Дж. Миллис и Р. Кроули (32).

Мне представляется важным отметить высказывание Дж. Верча о том, что медиаторы создаются в ответ на действие социокультурных сил, и они не обязательно соответствуют формам умственных действий индивида, то есть они обладают относительной автономностью от функционирования в индивидуальном сознании. Он говорил в связи с этим о семиотических потенциалах медиаторов, об их контекстном существовании и смыслообразовании. А в отечественной психологии исторический характер психических процессов исследовал А. Р. Лурия. Результаты были получены им на основе конкретного психологического материала. Особенно впечатляющими из них, как мне кажется, являются те, которые показывают изменение параметров психической реальности под влиянием обучения – направленного, знаково опосредованного воздействия одного человека на другого.

Эти идеи представляются важными еще и потому, что они дают возможность понять роль медиаторов в психической реальности человека, переживающего жизненный стресс. Эту роль можно уточнить еще так: медиаторы способствуют появлению новых качеств, восстанавливают то формообразование, которое было остановлено переживаемым жизненным стрессом.

Такое восстановление возможно за счет того, что появляется

новая форма опосредования, создаваемая вместе с другим человеком. Другой человек, несущий в социальное взаимодействие знак, создающий с его помощью новую форму переживания жизненного стресса, выступает как даритель. Он дарит возможность быть другим человеку, который эту возможность потерял, и может подарить эту возможность, так как сам он – другой. В силу этого возникают то неравенство, та семантическая неуравновешенность, которые способствуют созданию новых качеств в каждой из взаимодействующих систем.

Это общее рассуждение, которое конкретизируется в том медиаторе, который другой человек оставляет в сознании как его новую форму. Это одновременно и память о нем, другом человеке; память, которая может быть персонифицирована как встреча, ставшая началом нового обоснования жизни. Это может быть и неперсонифицированная ситуация, когда медиатор не имеет автора, но сам воплощает в себе такое обоснование жизни, которого не было до момента его появления у человека, переживающего жизненный стресс. Таким медиатором могут быть крылатые слова или жизненная ситуация, пейзаж или фотография, любое предметное проявление жизни, в котором воплощено ее обоснование как живой жизни. Человек, создавший такой медиатор, не делал этого специально, но он сумел воплотить в предмете своей деятельности себя как другого человека, как живого человека, поэтому воздействие продукта его труда и есть воздействие медиатора.

Что может выступать в роли медиаторов? Что может опосредовать активность человека? Об этом – дальше.

2.2. Средства и способы опосредования

Средства и способы опосредования создают (могут создавать) новые формы в психической реальности человека.

Напомню, что понятия средств и способов являются общепсихологическими и в данном случае используются как понятия культурно-исторической теории, позволяющие зафиксировать структурные компоненты предметной деятельности человека. При этом интерес представляет деятельность человека, предметом которой является его жизнь как целостность. Именно на нее направлено его воздействие в психологическом консультировании, целью этого воздействия, как уже отмечалось, является восстановление логики индивидуальной жизни.

В роли средств выступают различные образования, которые лучше всего, по-моему, называть медиаторами. Способы их использования определяются как свойствами материала, из которого состоит медиатор, так и их функциональным назначением.

Как я уже не раз отмечала, главная функция средств опосредования состоит в том, что они порождают новые формы сознания тогда, когда его содержание изменилось. Они создают основание для обоснования «Я»-усилий по созданию этих новых форм.

Средства опосредования существуют в виде движения, слова, мифа, символа, знака и образа. Каждый из них отличается способами использования, так как представляет собой разный культурный материал, в то же время все они выполняют в сознании символическую функцию.

Движение. Анализ движений как фактов, воспринимаемых сознанием, то есть обогащающих сознание, возможен по результатам работ, проведенных в традициях психоаналитической школы. А. Лоуэн обобщил все достижения психоанализа и создал свою биоэнергетическую концепцию, позволяющую понимать и использовать знаковую природу движений (24).

Психоанализ отвечает на вопрос о том, какие именно движения воспринимаются сознанием: З. Фрейд говорил, что «Я» человека есть производное от телесных ощущений, поступающих с поверхности тела и мозга, где располагается система восприятия – осознания.

Мышцы человека могут напрягаться, когда побуждение сдерживается сознанием. В этом случае человек ощущает это

напряжение. Но мышцы могут быть напряжены, и человек не осознает этого напряжения. Побуждение будет тоже сдерживаться, подавляться, но подавление будет уже бессознательным. Как на психическом уровне бессознательное вытесняет некоторые мысли человека из сознания или не допускает их до него, так и на биологическом уровне постоянно зажатые мышцы не дают некоторым побуждениям достичь поверхности тела. Таким образом эти мышцы ускользают из-под контроля сознания и функция их подавляется. Как пишет Лоуэн, из этого следует, что, проанализировав напряженное состояние мышечной системы, можно определить природу Суперэго – контролирующей, блокирующей инстанции сознания. По его мнению, выражение личности определяется мышечным напряжением и связано со структурой характера, где действие «Я» связано с проявлением его объединяющей и организующей силы.

А. Лоуэн подробно описывает принципы биоэнергетического воздействия на человека. При этом важным моментом является воздействие на движения, воздействие с помощью движений. На вопросы о том, в какой степени можно изменить человеку свое физическое строение; можно ли опустить плечи, если они слишком высоки; удлинить короткую шею, сделать стройными тяжелые бедра, он отвечает утвердительно, отмечая, что, естественно, из человека не сделают нового, но несколько снимется структурная патология, значит, улучшится функционирование. Будет и обратный процесс – насколько улучшится функционирование, настолько снизится и патология.

Воздействие на функционирование сознания через изменение в мышечном напряжении очень убедительно подтверждают факты из медицинской и бытовой практики. Мне остается только высказать некоторые замечания по поводу применения движений в консультировании (обычно взрослые люди воспринимают их как вариант утренней гимнастики и склонны обесценивать). Необходимость демонстрации и глубокого анализа того, что происходит с человеком при выполнении нового для него движения (расправить плечи, сжать зубы, глубоко вдохнуть и т. п.) представляет собой то социальное взаимодействие, в котором человек получает переживание себя как другого, воплощенного в форме движения. Возможность зафиксировать при этом появление ощущения силы является тем моментом, который является, на мой взгляд, самым важным в использовании движений.

А. Лоуэн писал: «*Ощущение собственной мощи зависит от прилива жизненной силы, или энергии* (здесь и далее выделено автором). Я высказываю эту многозначную мысль без малейшего

колебания, поскольку имею в виду отнюдь не чисто физическую способность к поднятию тяжестей. Ощущение внутренней силы есть сильное Эго. Всем нам попадались широкоплечие, прекрасно развитые физически мужчины, вся сила которых заключалась лишь в способности принимать наказание. Модель поведения, которую мы называем пассивно-феминной и которая проявляется в отсутствии агрессии по отношению к женщинам, не соответствует крепкому мужскому телосложению. Чрезмерно развитые мышцы призваны компенсировать эту внутреннюю слабость. Ведь мышцы служат как для движения, так и для сдерживания. *Лечение, вызывающее у пациента экспрессивные движения, увеличивает подвижность организма, его агрессию и создает у пациента ощущение силы как на физическом, так и на психическом уровнях*» (24, с. 115).

Консультирование не является лечением, но использование в нем движений как медиаторов, создающих новые формы сознания, выполняет функцию восстановления оснований для проявления «Я»-усилий, возвращает то чувство собственной силы и энергии, о котором говорил А. Лоуэн.

Подобные функции выполняют многие ритуальные движения, которые совершают религиозные люди. Подобные функции выполняют и индивидуальные движения, которые человек превращает в свой ритуал, обеспечивающий ему концентрацию энергии.

Психолог может помочь человеку создать такое движение, придав ему соответствующую функцию, или использовать для этого уже существующие движения человека. Этими приемами широко пользуются в практике нейролингвистического программирования.

Как отмечает А. Лоуэн, каждое биодинамическое изменение происходит одновременно на соматическом и на психическом уровне, что безусловно подтверждает идею об уровневом строении сознания человека, о возможности использовать медиаторы для воздействия на все уровни за счет качественных особенностей какого-то одного или нескольких уровней. При биоэнергетическом воздействии, по данным Лоуэна, на соматическом уровне увеличиваются подвижность, координация и контроль, а на психическом – изменяются, перестраиваются склад ума и образ мышления. Он подчеркивает, что если эти изменения не произойдут одновременно, то невозможно достигнуть появления новых относительно устойчивых качеств психической реальности.

Мне представляется существенно важным его замечание о том, что новая функция должна органично войти в осознанную

часть «Я» прежде, чем человек воспримет ее как собственную. Движение должно произойти, должно возникнуть новое биодинамическое качество, которое входит естественно в активность человека.

Такими движениями наполнены многие виды психотехнических практик, такие движения человек, переживающий жизненный стресс, практически не может произвести сам, так как для него закрыты основания для организации «Я»-усилий. Когда человек выполняет эти движения с помощью психолога, происходят те часто удивительные для самого человека изменения в его переживаниях, которые он воспринимает как мистическое действие. В ситуации консультирования приходится тратить немало усилий на то, чтобы человек делал движения, возвращающие ему силу «Я». Опыт работы со здоровыми людьми позволяет говорить о том, что все движения, связанные с воздействием на сознание, часто воспринимаются сначала как нецелесообразные. Человеку бывает сложно самому выделить и осознать их эффективность для изменения структуры психической реальности, ему нужен другой человек, который отмечает возрастающую подвижность, координированность и контроль движений, пока сам человек не начинает их переживать как качества, действительно принадлежащие ему.

Опыт использования движений в реорганизации переживаний человека присутствует в более или менее выраженной форме во всех видах психотерапий. Самые распространенные формы воздействия, связанные с изменением позы («Сядьте удобнее, расслабьтесь» и т. п.) – это уже движения, которые для человека являются как бы началом пути к освоению новых форм сознания, как начало пути к обретению обоснования «Я»-усилий. Приведу пример только одного упражнения, которое можно использовать в консультировании как ситуацию создания нового знака, выполняющего формообразующую функцию. Это упражнение, которое Ч. Тарт (40) называет «утренним» или «запускающим» (варианты его известны под самыми различными названиями). Кратко суть этого упражнения состоит в том, что человек может почувствовать все свое тело и качество этого чувства позволит ему установить контакт со своим телом, а не только осознавать его присутствие.

Движения человека в ситуации консультирования психолог использует и для понимания контекста его переживаний, для понимания тех сил, которые привели к нарушению логики индивидуальной жизни. При этом психолог пользуется языком тела, который ему известен. Думаю, что нет смысла говорить

о том, что этот язык не универсален, что он имеет такое же культурно обусловленное строение, как и любой язык, поэтому психологу надо изучать его, как и любой язык, в котором есть значение и смысл, текст и контекст, автор и адресат, тема и предмет общения.

Результаты работ по психосоматике позволяют нам сегодня много рассуждать о телесности и ее свойствах как медиатора, о специфичности переживаний тела и его движений, однако в практике индивидуальной жизни всегда есть тот оттенок авторства движений, который позволяет оценивать их как естественные и неестественные для этого человека. Мне думается, что движение становится воздействием на сознание только тогда, когда оно живое, а не механическое. Живое движение имеет множество степеней свободы, оно избыточно по своим целям, поэтому оно порождает новые формы. Я не знаю, как точнее описать качества этого движения, но человек всегда чувствует, когда что-то делают специально, а что-то естественно. Например, естественно улыбаются или обнимают, естественно хмурятся или меняют позу, те же самые действия, выполненные неестественно, вызывают совсем другое чувство. При этом неважно, были ли эти движения его собственные или они были направлены на другого человека, различие в качестве воспринимается как очевидное. Любое движение, живое и механическое, может стать медиатором, но различие, по-моему, налицо. Живое движение порождает новые формы сознания, а механическое может разрушить даже существующие или создать фантом – пустую форму. Это хорошо известно, например, в сексологии, когда обсуждается вопрос о технике сексуальных отношений. Это возникает как проблема выбора опосредующего движения в консультировании. Решение ее для психолога всегда связано с пониманием характера человека, который переживает жизненный стресс.

Существующие сегодня в психологии психосоматические типологии характеров открывают, как думается, в этом отношении большие перспективы.

Слово. Тема слова как средства, опосредующего психическую жизнь человека, представляется неисчерпаемой. В консультировании здорового человека, переживающего жизненный стресс, есть ряд проблем, связанных с восприятием слова и использованием слова для построения собственного текста. Эти проблемы и позволяют обсуждать вопросы использования слова как формообразующего средства в ситуации консультирования.

Какие это проблемы?

Прежде всего – изменение чувствительности к слову. Это изменение можно описать как в показателях возрастания чувствительности, так и в показателях ее уменьшения. Однако несомненным кажется факт измененной чувствительности, что делает человека или обостренно чувствительным к слову или наоборот – закрытым для его восприятия. Это относится ко всем формам слова – устному и письменному, диалогическому и монологическому. Показательны в этом отношении факты, когда человек явно не воспринимает подтекста, не чувствует отношения, которое выражает сам или которое выражают по отношению к нему, повторяет одну и ту же тему, воспроизводя текст с точностью до слова и интонации. Эти и другие факты измененной чувствительности к слову дают возможность обсуждать проблему структурирования сознания с помощью слова как проблему восстановления его диалогичности.

Другие проблемы связаны с тем, что у человека, переживающего жизненный стресс, актуализируются пустые формы – фантомы сознания, которые препятствуют осуществлению «Я»-усилий. Эти пустые формы воспроизводятся как система идей, например, идеи о невозможности осуществления усилий («Я ничего не могу больше сделать»), или идеи о содержании своих качеств, разрушающих ситуацию жизни («Я – плохая мать»), или идеи о невозможности преобразования жизни («Все, уже поздно, ничего нельзя сделать…») и т. п. Эти идеи имеют словесное выражение, которое, как пустая форма, воспроизводится в сознании, не порождая в нем новых качеств.

Третья группа проблем проявляется как отсутствие полифоничности в тексте человека. Он, переживая жизненный стресс, фиксирован на одной позиции, и эта фиксированность задает или одну, или несколько тем его текста. При этом можно наблюдать и фиксированность адресата, и фиксированность контекста, которые воспроизводятся с большой точностью. Обычно люди отмечают это сами как проявление навязчивости («Думаю об одном и том же», «Повторяю и повторяю про себя то, что должна была бы сказать ему» и т. п.)

Еще одна группа проблем, связанная с использованием слова как медиатора, проявляется как обесценивание слова («Что и как ни говори, ничего не действует», «Словами не поможешь», «Он меня не слышит, он вообще слов не понимает» и т. п.). Обесценивается не только слово вообще, но и собственная возможность построения текста и использования слова для воздействия на другого человека и на себя («Не могу найти

нужные слова», «Поговорите с ним вы, у вас получится, я уже все сказала, что могла» и т. п.).

Эти проблемы требуют особого внимания к слову как к средству, которое психолог может использовать для воздействия на сознание другого человека.

Большое внимание, которое уделяется всем видам словесного творчества (терапевтические новеллы, истории, словесные метафоры и т. п.) в психологической практике профессионального воздействия на сознание другого человека, показывает безусловно неограниченные возможности, которые есть в слове, если оно живое, для процессов формообразования в сознании человека.

В консультировании главным вопросом для психолога, использующего слово как медиатор, встает вопрос об организации живого диалога с человеком, который переживает жизненный стресс. Думаю, что это самое существенное условие, при котором возможно движение в сознании переживающего человека.

Живой диалог – это диалог, где его участники действительно слышат друг друга, а не только слушают, действительно видят, а не только смотрят, действительно чувствуют, а не обманывают себя. Это трудно, трудно уже потому, что это ситуация, которая предъявляет требования к психологу; я назвала бы их требованиями быть живым. Это одна из личных проблем, которая есть у людей (не будем относить психолога к сверхчеловекам), и о ней в свое время Г. И. Гурджиев говорил как о сне наяву, который мешает человеку быть живым.

Психолог может знать множество сказок, новелл и метафор, он может четко излагать сложнейшие психологические идеи, но все это не будет иметь реального значения для человека, если психолог не может вести живой диалог с конкретным человеком, где слова рождаются и становятся основанием для обоснования «Я»-усилий человека, переживающего жизненный стресс. Живое общение – это искусство говорить правду, ту самую правду о голом короле, которую… от психолога не ждут. Говорить правду, восстанавливая внутренний диалог самого человека, в котором ему нужен собеседник и адресат его текста, нужны средства для построения этого текста и нужны подтекст и контекст, делающие текст не пустой формой…

Можно воспользоваться метафорой и сказать, что психолог должен вдохнуть жизнь в умирающее слово другого человека. Он делает это, становясь реальным участником реального диалога, который перерастает во внутренний диалог, если в реальном диалоге родились новые формы. Какие? Это могут

быть и метафоры, и научные термины, и крылатые слова, и строчки из стихов и песен, словом все то словесное богатство, которое не будет фальшивой подделкой, набором «приемов» и «методик», а составит естественную ткань профессионального диалога с обозначенными позициям, проявленным предметом, адресатом и авторами текстов, которые строят реальные отношения друг с другом в пространстве и во времени своей жизни.

Общие психологические идеи о том, что слово опосредует все высшие психические функции человека, что слово изменяет свое значение по мере превращения его в понятие, что у слова есть значение и смысл, что слово требует понимания его в контексте, думаю, не требуют специального внимания в свете заявленной темы. Они – основа для профессионального мышления психолога о возможности своего использования слова как медиатора, который может породить новые формы в сознании человека.

Миф. В психологической практике широко используется представление о мифе (чаще всего говорят и пишут о мифах, имея в виду множественность этого знакового образования) как об особом знаке, опосредующем переживания человека. Существует немало работ, посвященных собственно психотерапевтическим мифам, возникшим уже благодаря наличию в культуре психотерапии как вида профессиональной деятельности людей. Мне ближе всего понятие мифа в представлении А. Ф. Лосева, поэтому для описания этого вида опосредования, существующего в психической реальности человека, приведу его слова. А. Ф. Лосев писал: «**Миф есть бытие личностное** или, точнее, *образ бытия личностного, личностная форма, лик личности*» (23, с. 74). Это же определение он сформулировал и несколько иначе (там же). Лосев пишет, что миф – это интеллигентно данный символ жизни или символически данная интеллигенция жизни.

Все эти формулы-определения, предлагаемые А. Ф. Лосевым, позволяют анализировать отношения между внешним и внутренним, между качествами психической реальности и их проявленностью как для самого человека в его самосознании, так и для наблюдателя. В личности обязательно присутствуют два плана – план самосознания и чувственный план, который показывает наличие внешнего по отношению к самосознанию. Оба плана отождествляются в одном неделимом лике, то есть противопоставление внешнего и внутреннего преодолевается в личности, как выражение, как результат усилий по преодолению противоположностей внешнего и внутреннего

в самом себе. Для нашего рассуждения важно, что наличие этого выражения и есть символ, тот осуществленный символ, который показывает осуществимость самосознания, интеллигенции, показывает факт существования личности в пространстве и во времени истории ее собственной жизни. Тело человека поэтому не случайное явление, не иллюзия или нечто несуществующее, а проявление души и в некотором смысле и сама душа.

Мне кажется важным понимание любой живой личности как мифа.

При этом существенно то, что всякая вещь (хотелось бы обратить внимание на это высказывание А. Ф. Лосева) может стать мифичной не в силу своих вещественных качеств, а в силу своей мифической оформленности и осмысленности. Это значит, что вещь воспринимается как непосредственно воздействующая на живое сознание или на неодушевленные предметы, через которые она будет оказывать влияние на сознание. Всякие амулеты и талисманы могут представлять собой миф, если они как предметы соответствующим образом оформлены. Это возможно в том случае, если они оформлены как личностное бытие или потенциально личностное бытие. Человек тоже может стать мифом, если он оформлен и понят как человек и как человеческая личность, то есть как существо, обладающее проявленным, выраженным самосознанием. При этом реально он может и не быть личностью, то есть может не обладать самосознанием.

Можно, думаю, разделить мнение А. Ф. Лосева о том, что всякая вещь или явление, если их рассматривать как предметы живого человеческого опыта, обязательно будут мифами, так как они будут отнесены к его самосознанию как к постоянно обновляющемуся качеству живой психической реальности. Вещи становятся живыми, но не в физическом их бытии, а в психологическом и историческом. Это относится ко всем вещам, в том числе и к слову как к вещи.

Меня привлекает изложенная Лосевым проблема мифа как событий личной жизни его автора, что не только делает изложение конкретно психологическим, но и позволяет увидеть наполнение понятия миф содержанием, которое можно было бы описывать в качественных характеристиках строения психической реальности, в тех ее проявлениях, которые доступны самосознанию.

Если следовать логике А. Ф. Лосева, мне думается, то миф как средство, опосредующее психическую жизнь человека, является превращенной формой самой психической жизни. Поэтому в нем есть все ее важнейшие составляющие, доступные

для самосознания человека. В мифе есть полифоничность и самое разное время, в том числе и вечность, в нем есть пространство с его бесконечностью и границами, в мифе есть все возможные планы пространственно-временного бытия и само бытие.

Миф существует как слово, в нем дана личностная история, так как слово – орган самоорганизации личности, форма ее существования в истории. Именно в слове сознание достигает степени самосознания. Это важные моменты существования мифа, которые позволяют увидеть в нем проявление самосознания личности, но особенным – чудесным образом. Так у А. Ф. Лосева появляется то понятие, которое практически не используют и не анализируют психологи. Это понятие ***чуда***.

Самая краткая и общая формула мифа, позволяющая понять его и одновременно задуматься в совершенном изумлении перед фактом его существования, это формула ***Миф есть чудо***.

Если бы жизнь не подарила того опыта общения с людьми, которое дает психологическое консультирование, когда настолько близко прикасаешься к чужой душе, что испытываешь от этого самые разные чувства, в том числе и восхищение чудесностью изменений, которые могут произойти и происходят с человеком буквально у тебя на глазах, то, возможно, я не стала бы (из «педагогических соображений») писать о чуде, а характеризовала бы миф другими, более научными словами. Но в жизни есть это явление – миф, но в жизни, если она живая жизнь, всегда есть место чудесам, чуду как проявлению жизни во всей ее силе и первозданности.

Когда таким, чудесным, образом проявляется психическая жизнь человека и это происходит у тебя на глазах, впечатление остается на всю жизнь. Впечатление от неотвратимости проявления истины. Она проявляется в том чудесном слове, которое становится для человека его откровением, его историей, его судьбой. Это чудо происходит под воздействием другого человека, который проявил самосознание страдающего человека, подарил ему его форму, его слово. Это чудо происходит и тогда, когда человек, меняясь, сам становится другим и находит свои новые слова, новые формы самосознания, которые соответствуют этому изменению. Чудо – это правда жизни, это правда психической жизни как ее возможность к изменению, к тому, что называют трансформацией, переструктурированием, реорганизацией, а мне бы хотелось назвать живой жизнью. Это не будет тавтологией, так как в психической реальности далеко не мирно соседствуют ее живые и мертвые формы, которые определяют самосознание человека и могут препятствовать или содействовать мифу – чуду живой жизни,

обретающему свою форму в имени. Именно имя становится собственным словом личности и собственным словом о личности.

А. Ф. Лосев пишет: «Имя есть собственное слово личности, то слово, которое только она одна может дать и выявить о себе. В имени – *диалектический синтез личности и ее выраженности*, ее осмысленности, ее словесности. Имя личности и есть то, что мы, собственно говоря, имеем в мифе. Имя есть то, что выражено в личности, что выявлено в ней, то, чем она является и себе и всему иному. Итак, *миф есть имя*. Но миф, сказали мы, есть еще чудо. Этот третий момент нашей последней формулы также легко присоединяется к полученному более сложному понятию. Именно получается *чудесное* имя, имя, говорящее, свидетельствующее о чудесах, имя, неотделимое от самих чудес, имя, *творящее* чудеса. Мы будем правы, если назовем его *магическим именем*. Миф поэтому есть просто магическое имя. А присоединение, наконец, второго момента, истории, дает последнее преобразование, которое получит такую форму: *миф есть развернутое магическое имя*… Это максимально простая и максимально насыщенная формула мифа» (23, с. 170).

Мне хочется дополнить обсуждение темы мифа только одним примером из практики консультирования, когда рождение мифа произошло буквально на моих глазах. Ситуацию можно назвать ситуацией обретения имени. Женщина жаловалась на своего ребенка, перечисляя подробно все его проступки и «подлости». Самый простой вопрос о том, какие же хорошие черты есть у ее мальчика, вызвал сначала замешательство, а потом инсайт – он добрый, он очень добрый, он так любит дарить подарки, как Дед Мороз. Эти слова «Дед Мороз» стали тем именем, тем мифом, который позволил нам с ней разбираться в отношениях, искать причины всех школьных бед и «подлостей» семилетнего Деда Мороза. Миф, новое имя стал опосредовать отношение матери к мальчику – произошло то чудо преобразования отношения, ради которого стоит жить в профессии психолога. Но это уже лирика.

Символ. Одним этим словом открывается бесконечная тема, которая породила столько интерпретаций и теорий, столько направлений в науке и даже целые науки, что нужно очень четко ограничить свою задачу, чтобы не утонуть в море информации и показать, что символ (символы) опосредуют психическую жизнь, что символы – это особые формообразующие вещи, которые содержат в себе потенциал превращения без потери своего собственного качества и требуют описания их как особой категории медиаторов.

Символ возникает из действия, но это специальное действие, целью которого является создание именно этого символа как средства опосредования самосознания. Символ – это результат самой себя преобразующей психической реальности, это отражение ее полифонической природы, можно сказать, что символ – это продукт полифонии как качества психического. Создание символов – проявление тех качеств психических функций, которые Л. С. Выготский называл натуральными. Думаю, можно утверждать, что создание символов для психической реальности такая же данность, как для сердца его ритмические сокращения. Возможно, эта аналогия не точна, но она позволяет прояснить суть дела – создание символов происходит не потому, что человек это делает специально и преднамеренно, они создаются спонтанно в силу природных качеств психической реальности. В психологии, особенно в психоанализе, имеется множество блестящих работ о происхождении символов из многоуровневой организации психики, о строении символов и их типах, о роли символов в осуществлении человеком разных видов деятельности. Я могла бы перечислить множество имен, известных в психологии и смежных с ней областях науки и практики, так как любой исследователь психической реальности так или иначе выходил на проблему существования в психике самой себя сознающей реальности, самой себя создающей реальности, самой себя проявляющей как другой, изменяющейся во времени и пространстве своей жизни.

Символ возникает в психической реальности человека как средство опосредования ею ее самой. О том, что символ появился, человек обычно узнает без помощи другого реального человека, это знание он получает из своего внутреннего диалога как особый тип переживания значимости того, что с ним произошло, того, что случилось.

Символом как индивидуальным приобретением можно поделиться с другими людьми, которые, воспринимая символ, используя его как медиатор в своей психической жизни, выявляют новые возможности своего внутреннего диалога. Думается, что обмен символами, трансляция символов (форма их может быть самой разнообразной) это та ситуация, когда возникает воздействие одного человека на другого. Средство опосредования психической реальности самой себя у одного человека становится средством опосредования психической реальности самой себя у другого человека. Такие переживания, как родство душ, понимание, сопереживание известны каждому человеку, думается, что в их основе и лежит процесс образования символов,

та синхронистичность проявления качеств психической реальности, которая заставляет обсуждать вопрос об особой логике символов. Самым существенным моментом в этой логике представляется обратимость времени, которое позволяет человеку жить в прошлом и будущем своей собственной психической жизни. Именно эта особенность символов требует от психолога понимания направления действия, которое разворачивается в момент создания символа. Все принятые в психологии интерпретации сновидений в большей или меньшей степени ориентированы на качество преобразований, которое осуществляется в психической реальности в тех действиях, которые несет символ. Антонио Менегетти (27) описывает различные символы сновидений и их функцию в психической реальности человека и говорит о том, что образ нижнего белья в сновидении показывает маскировку естественного эротизма с элементами шизофренической агрессии, а газета как образ сновидения является зависимостью от социального Супер-эго, когда у человека отсутствуют истинные ценности.

Появление символов – это появление смыслов как самоопосредования психической реальности. Мне думается, что понятие смысла в том виде, в каком оно сейчас существует в культурно-исторической психологии, позволяет говорить о нем как о качестве живой психической реальности, которое проявляется в ней естественно как качество жизни. В мертвой и умирающей психической реальности, где ничего не происходит и ничего не случается, смыслы не проявляются, символы, воплощающие смыслы, не рождаются. Это можно наблюдать у людей, которые переживают хронический жизненный стресс – их мучают повторяющиеся сны, они не могут найти предмет для новых переживаний и воспроизводят существующие переживания хронического жизненного стресса вплоть до истощения всех сил. Время для них останавливается, пространство сжимается, это сжатие пространства воспринимается как боль и тяжесть, они могут стать невыносимыми, тогда человек решается на самоубийство.

Рождение символов в психической реальности человека сопровождается напряжением, по которому и узнается (может быть, опознается) значимость происходящего. Символ требует к себе внимания, такого внимания, которое можно было бы назвать произвольным, но оно не инициировано волевым усилием человека, а инициировано напряжением, возникшим вследствие рождения символа и требующим реорганизации активности. Отчетливо это можно наблюдать как отношение человека к содержанию сновидений, где произошло рождение символа.

«Хожу под впечатлением сна», «Не могу не думать о том, что увидела», «Я поняла, что надо быть готовой к переменам» и т. п. – это только краткое описание внешних последствий ситуации рождения символа.

Его появление в жизни часто связывается с неясными или отчетливо выраженными соматическими переживаниями: «Заболело сердце», «Дрогнуло сердце», «Похолодело внутри», «Зазнобило», «Что-то странное почувствовал», «Оторопел» и т. п. Мне кажется, что в доступной мне литературе наиболее отчетливо рождение символов описано у К. Кастанеды.

Символ – это особенная вещь, которая потеряла свои вещные качества, став средством самоопосредования психической реальности, можно сказать, что она стала этой реальностью, так как она – воплощенный смысл. Поражает мудрость Создателя, который дает человеку возможность творения смысла из всего, из всех планов пространственно-временного бытия.

А. Ф. Лосев пишет: «Существует… по крайней мере, *пять типов пространства*, пять типов времени и пять типов телесности (не входя в дальнейшую детализацию) – огненное тело, световое тело, воздушное тело, земляное тело и водное тело – и, стало быть, пять типов оформлений, пять типов образности, пять типов символов» (23, с. 88).

Можно обсуждать проблему предельного смысла и возможности воплощения его в символе, можно рассматривать исчезновение смысла как опустошение психологического пространства, можно видеть эти проблемы в проявлении страданий человека, переживающего жизненный стресс, как невозможность движения в различных типах телесности. Эти планы телесности – проявление вечности как характеристики времени, присутствующей в жизни человека.

Когда человек говорит, что у него «холодно на душе», что его «ничего не греет», что он «не получает тепла от близких» и т. п., то это не только метафора, это его символ оторванности от вечного источника жизни.

Когда он испытывает потребность в ясности, в понимании, переживая свое состояние как «туман в голове», как «невозможность думать», как «отсутствие мыслей» и т. п., то это тоже его личный символ оторванности от того типа телесности, который воплощает свет (ум, идея).

Когда человек жалуется на нехватку воздуха, а выражает он это всегда прямо: «Душно среди этих людей», «Мне здесь нечем дышать», «Меня душит» и т. п., то это тоже его личный символ оторванности от души и духа как проявлений вечности.

Когда человек испытывает чувство потери почвы под ногами,

когда об этом говорится буквально как о «потере опоры», как о «земле, которая ушла из-под ног», как о «потере равновесия» и т. п., то это проявление в его личных символах оторванности от телесности Земли, от того, что называют софийным телом.

Когда человек переживает жажду деятельности, впечатлений, событий и выражает это в личных символах, то он проявляет представленность себя в телесности водного тела как проявлении вечности жизни, так как водное тело – это качество его индивидуальной жизни, конкретно воплощающее в себе все: первоединое основание ее, ум, идею, Душу и Дух.

Эти предельно общие представления о природе символов могут показаться далекими от конкретных задач консультирования, от необходимости облегчить страдания человека, переживающего жизненный стресс. Но мне думается, что психическая жизнь человека, как можно понимать ее, определяется (может быть, предопределяется) ее собственной природой, которая не может существовать вне космических типов телесности. Мы можем пока только находить воздействие их друг на друга (например, идеи ноосферы у В. И. Вернадского) и пытаться описывать и понимать его.

Создание человеком индивидуальных символов – это одно из проявлений вечности как самообоснование ею ее самой. Символ всегда особое индивидуальное образование, как бы конкретно он ни выглядел, то есть в какой бы чувственной форме он ни выступал. Он рождается в глубинах психики и транслируется в сознание, выполняя роль фактора для самоопосредования всей психической реальности. Можно сказать, что в символе есть все, так как он порождение вечности, и одновременно в нем нет ничего специфически особенного, так как он – сама вечность.

В консультировании встречаешься с человеком, который оглушен переживанием жизненного стресса, и ему трудно слышать, видеть рождение своих собственных символов, восстанавливающих, поддерживающих, охраняющих и сохраняющих его психическую реальность. Психолог может помочь ему увидеть эти символы как проявление его жизни, стремящейся к осуществлению ее природы, ее необходимости, ее замысла, который был искажен жизненным стрессом.

Символы рождаются как естественное, спонтанное проявление психической жизни, подтверждающее, утверждающее ее вещественность, ее бытийность. Они наполняют ее новыми качествами как проявление мыслей, фантазий, чувств, представлений, сновидений, которые изменяют мир.

Можно сказать, что символ – это проявление вечной тайны

жизни в откровении ее для одного человека, которое персонифицируется для него в любом природном материале. Поэтому, например, «Энциклопедия символов» Ганса Бидермана включает то многообразие символов, которое позволяет говорить о их потенциальной бесконечности. Приведу только два примера:

«Мяч». Игры с мячом, изготовленным из каучука (Древняя Мексика), кожи, шерсти или ткани, имеют во многих древних культурах культово-символическое значение, ибо мяч соотносили с солнечным шаром, который перемещается по *небу.* Игра в мяч, сопровождаемая танцами, при дворе царя феаков упоминается в «Одиссее» *Гомера* (*, 374–380), причем двое юношей «пытались бросить прямо в прыжке» мяч из *красной* шерсти. В более поздних церковных обычаях мяч считался во время монастырских игр символом Христа, «воскресшего пасхального *Солнца».* Этот «пасхальный матч» праздновался в Озере (Франция) до 1538 г.: «под пение и звуки органа клирики танцевали вокруг земляного *лабиринта* и при этом бросали друг другу мяч» (4, с. 175).

«Отец» – символический образ, обозначающий – преимущественно при основанном на патриархальности общественном строе – высший авторитет и даже божественность (Бог-Отец, боги-отцы, отец семьи, отеческая забота, отечество и т. д.). В глубинной психологии это символ упорядочивающей инстанции Супер-эго (сверх-Я). *Король* или император зачастую представляли «небесного Отца» и назывались «отцами страны». Библейская религия носит однозначно патриархальные черты, которые были восприняты христианством («Отче наш»). Теолог и исследователь религии Фридрих Хейлер (1892–1967) рассматривает отношение молящегося человека к Богу, как отношение ребенка к отцу, как «религиозный прафеномен», тогда как для женской литературы нашего времени подобное воззрение является камнем преткновения. В алхимическом образе мира *Солнце* также рассматривается как отец. «Солнце – его (то есть философского камня) отец, Луна – его мать» (4, с. 194).

В практике консультирования с содержанием символов страдающего человека психолог чаще всего встречается в содержании его сновидений, которые необходимо анализировать, если для человека это актуально представлено в его тексте. Кроме того, это могут быть продукты его спонтанной, можно сказать, естественно творческой активности – образы воображения, представления, мысли.

Схема анализа сновидений, представлений, образов воображения, мыслей как алгоритм профессиональной работы с символами может быть выбрана психологом в зависимости от его научной ориентации.

Мне кажется, что главное в этой работе – возвращение человеку утраченной чувствительности к проявлениям его собственной жизненной силы как возможности осуществления индивидуальной логики жизни, где самоопосредование символом – необходимое проявление самой жизни. Завершая этот краткий разговор о символе, приведу цитату из книги А. Ф. Лосева: «Символ вещи есть тождество, взаимопронизанность означаемой вещи и означающей ее идейной образности, но это символическое тождество есть единораздельная целостность, определенная тем или другим единым принципом, его порождающим и превращающим его в конечный или бесконечный ряд различных закономерно получаемых единичностей, которые и сливаются в общее тождество породившего их принципа или модели как в некий общий для них *предел»* (23, с. 273).

Знак. В психической реальности человека знак как медиатор появляется в результате действия замещения. Мне кажется, что специфика этого действия замечательно проанализирована в работах Н. И. Непомнящей, где она убедительно экспериментально доказала, что «одной из специфических особенностей мыслительной деятельности является то, что в ней постоянно осуществляется переход от предметного плана действий к действию с заместителями реальных предметов. Суть мышления состоит прежде всего в этом переходе, в умении заместить предметные отношения (когда нельзя непосредственно действовать в предметной плоскости), совершить преобразование с замещающими объектами (например, знаками) и отнести полученный результат к предметному плану» (34, с. 142.).

При этом данные исследования содержат факты важные, на мой взгляд, для понимания природы использования знака как медиатора: действие замещения как особое действие наиболее выражено у тех, кто ориентирован как на ценностность на отношения с другими людьми. И это когда человек уподобляет логику действия замещения предметной логике, его действие с предметом, заместителем (знаком), становится формальным (пустым).

Практически важным следствием этих исследований мне представляется возможность понимания того, что в действии замещения человек должен удерживать в своей психической реальности присутствие предмета и объекта, его замещающего, отношения между ними как проявление его собственных «Я»-усилий, которые при выполнении действия замещения открывают существование принципа относительности.

При реализации этого принципа в психической реальности

надо обозначать ее основание, выделять саму процедуру этого обозначения, осуществлять построение системы координат, векторов реализации усилий и т. п. преобразования, которые через реализацию «Я»-усилий порождают новые формы в психической реальности. Эти формы могут задействовать содержание на разных уровнях глубины психического, но существенно важным представляется тот факт, что они порождены «Я»-усилиями, реализующими действие замещения.

Знаки, как вещи заместители, могут быть разнообразного качества, но их происхождение отчуждено от индивидуальной психической жизни человека. Такими очевидно чуждыми вещами являются язык как система знаков, жесты, математические, физические, химические формулы, разметка дорог, световая азбука, буквы алфавита, схемы и карты и т. п. Использование их через действие замещения позволяет человеку приблизиться как к переживанию своей относительной зависимости от этих знаков, так и к относительной независимости, и через отношение к ним он получает переживание наличия «Я» – особого проявления психической реальности, которое нельзя отождествить с ней полностью.

Использование знаков как медиатров позволяет человеку переживать и свое подобие, и отличие от других людей, в этом переживании рождаются новые формы его активности.

В принципе, любая вещь может быть знаком другой, если человек, выполняя действие замещения не теряет свое «Я» в одной из них.

То, что такая потеря возможна, подтверждает существование мифов, которыми можно заменить живую жизнь живого человека или он сам сделает это.

Возможно это отчасти потому, что любой знак – это ограничение пространства и времени использования свойств вещи, так и хочется сказать, что знаки сами по себе мертвы. За счет такого ограничения и его фиксации возможна смерть человека в предмете (смерть как физическая, так и психологическая). Самый распространенный пример этого – в погоне за хорошими школьными отметками семья может потерять свой человеческий облик. Когда школа будет позади, какими баллами будут измерять родители свою «хорошесть», как будут подтверждать факт своего существования? Нужен будет новый знак. Чаще всего его найдут в какой-нибудь другой вещи. Так как вещей много, они, как знаки, могут довольно долгое время заполнять жизнь человека активностью.

Особенность психической жизни такова, что «Я» как вещь тоже требует отношения (заботы, внимания, ухода): если этого

не происходит, то появляются болезни, которые называют психосоматическими, и тогда, страдая от отсутствия полноты жизни, человек начинает переживать ее необходимость. Психологи называют это переживание по-разному (низкая самооценка, недостаток самоуважения, недостаток идентичности, отсутствие целостности «Я» и т. п.), но в целом сходятся в том, что это недостаток или полное отсутствие любви к себе, к своему «Я», которое потеряно, заменено вещью, растворилось в вещи (возможно, что ею стал даже другой человек).

В практике работы психологом-консультантом я не встречала человека, который любил бы себя и свою жизнь, что естественно – это страдающие люди. Движение к «Я» было путем восстановления ответственности за него как за дар, которым каждый человек награжден по праву рождения.

Мне думается, что каждый здоровый человек может выделить в своей психической реальности функционирование знаков как особых медиаторов и воздействовать на них, чтобы они не мешали образованию символов, воплощающих индивидуальный смысл человеческой жизни, не закрывали его жесткостью неживых форм. Для этого ему надо сделать то «Я»-усилие, которое позволит создать «Я»-знак, отражающий идентичность человека с самим собой, то есть то единство постоянства и изменчивости его «Я», которое и есть проявление его жизни. Появление такого (или таких) «Я»-знаков можно расценивать как проявление любви к себе. Такими знаками могут быть, например, упражнения, которые предлагает Луиза Хей.

По сути дела все, о чем пишет Л. Хей, можно рассматривать как «Я»-знак, показывающий движение к овладению с его помощью логикой своей индивидуальной жизни, то движение, которое порождает устойчивые индивидуальные формы психической жизни. Для подтверждения этого приведу только небольшой пример из ее книги. Она говорит: «Если мы несчастливы, если не нашли себя, в этом легко обвинить родителей или кого-нибудь еще, сказав: «Это их вина». Однако, поступая таким образом, мы продолжаем топтаться на одном месте, оставаясь с нашими проблемами и разочарованиями. Никакие обвинения не принесут нам свободы. Надо всегда помнить, что слова обладают силой. И нужно научиться отвечать за все, что мы произносим вслух, ибо сказанное нами является продолжением наших мыслей» (46, с. 110).

«Я»-знаки обладают той особенностью, что человек осознает наличие усилия по их созданию, осознает их происхождение из осуществления действия замещения. Часто ему не хватает сил для того, чтобы самому еще и еще раз произвести это действие,

но уже с помощью другого предмета – заместителя. Такую готовность к действию замещения обнаруживаешь у человека, который готов (может, по крайней мере) посмотреть на предмет с другой точки зрения и воспользоваться в этом видении другим знаком. Эту особенность учитывает позитивная психотерапия, главный принцип которой в том, чтобы научить человека пользоваться в действии замещения как можно большим числом знаков, отражающих различные стороны предмета переживания. Эту готовность человек обнаруживает в консультировании, когда он создает и использует новые знаки для структурирования своих переживаний. Иногда достаточно одного вопроса, чтобы «Я»-знак потерял свою актуальность. Мне думается, что переживание жизненного стресса в этом смысле повышает готовность человека к созданию и использованию «Я»-знаков, так как границы его психической реальности становятся обозначенными, а это одно из условий изменения в любом семантическом пространстве.

Знаки, как медиаторы, основанные на выполнении действия замещения, структурируют психологическое пространство, наполняют его временем преобразований, придают ему относительную целостность и устойчивость, доступные для наблюдения как самим человеком, так и другими людьми. За счет использования знаков человек может занимать трансцендентальную позицию по отношению к своей собственной жизни как целостности.

Образ. Образы как медиаторы, опосредующие психическую жизнь человека, показывают специфику работы его воспринимающих систем. Они – продукт их функционирования, существующий как данность психической реальности, как ее чувственная ткань. Материалом для построения образов является индивидуальное и коллективное бессознательное, то есть такая же данность психической реальности, как и продукты функционирования органов чувств. Думаю, что именно этим обуславливается необходимость использования в психологическом консультировании данных о нейропсихологическом профиле человека, которые позволяют приблизиться к пониманию существенных устойчивых особенностей организации его психологического пространства и времени. Об этом подробно и интересно писали Н. Н. Брагина и Т. А. Доброхотова (5). Они, например, обсуждали вопрос о предполагаемом неравенстве, асимметрии правой и левой частей пространства. Основанием для этих суждений явились наблюдения за возникновением левостороннего пространственного игнорирования при поражении правого

полушария и другие данные нейропсихологического изучения локальных поражений мозга.

Использование данных о ведущих сенсорных системах, о доминировании полушарий, позволяет более точно определить чувственную ткань переживаний человека, особенности его образов как медиаторов.

Как известно, это широко используется в практике нейролингвистического программирования (НЛП). Не меньший интерес в этом смысле имеют работы, выполненные Х. Лейнером в технике снов наяву или в технике кататимных переживаний образов (зависимых от эмоций и аффектов) (21). В этой технике используется возможность актуализации символической функции сознания через работу человека с образами, заданными словом. Она ориентирована на продуктивное воображение человека и его возможность порождения смыслов за счет функционирования чувственной ткани психической реальности, сохраняемой и воспроизводимой в непроизвольной, оперативной и произвольной памяти человека.

Образ, являющийся естественным медиатором, опосредующим психическую жизнь человека через функционирование органов чувств, приобретает в индивидуальной истории жизни человека новые качества за счет овладения им сенсорными эталонами восприятия (формы, цвета, звука, запаха и т. п.). Можно сказать, что мы никогда реально не сможем видеть мир глазами другого человека, так как отличаемся от него сенсорной чувствительностью, но мы можем смотреть на мир одинаково через сенсорные эталоны как знаковые образования. Понимая всю относительность этого утверждения, есть смысл, думаю, использовать представление о разной сенсорной чувствительности людей для понимания процессов актуализации индивидуального и коллективного бессознательного при порождении ими образов на основе творческого воображения.

Образ, медиатор дан человеку как чувственная ткань его психической жизни. В живой психической реальности течение образов не связано часто со специальными усилиями человека и происходит спонтанно. При ситуациях жизненного стресса это течение нарушается, образы теряют как свои динамические характеристики, так и свою структуру, вызывая этим усиление боли от жизненного стресса. Известно, и это зафиксировано в рефлексивных формулах бытового языка, что человек может оглохнуть и ослепнуть от душевной боли, может стать нечувствительным к запахам и потеряет вкусовые ощущения.

Блокируется сенсорная функция, по сути основная форма

связи человека с разными временами его жизни, время останавливается. Это переживание остановившегося времени, как отсутствие движения образов в психической реальности человека, – наиболее частое проявление душевной боли в ситуации психологического консультирования здоровых людей. Отсутствие аппетита или чрезмерный аппетит, нарушения сна, изменение уровня физической активности – эти проявления нарушения психической жизни человека отражают изменения в его сенсорной чувствительности. Она восстанавливается вместе с восстановлением логики индивидуальной жизни. Одним из путей восстановления становится использование образов творческого воображения.

Образ как медиатор обладает особыми качествами. Хотелось бы назвать эти качества тайной «Я», так как в образе может и реально проявляется то неповторимое содержание жизни этого образования психической реальности, которое несет в себе всегда (хочется подчеркнуть это слово) тот оттенок индивидуального авторства, который отличает существование психической жизни от всех других ее проявлений. Чувствительность человека к авторству своих собственных образов – это одно из проявлений его внутреннего диалога, когда он переживает наличие «Я» как основания для обоснования своей психической жизни. Эта чувствительность отражает для человека как факт его «Я»-усилий по построению образов, по удержанию их структуры, так и наличие в образе спонтанности – проявления данности психического. Образ, родившись, начинает жить как бы независимо от «Я»-усилий человека, отражая фактом своего существования, своим движением бытие психического, его обусловленность. Эта тайна «Я» дана человеку как факт его психической жизни, его происхождение он не может контролировать и определять бесконечно. Так возвращается в переживание время как данность начала жизни «Я», так возвращается в переживание возможность хотя бы минимального обоснования «Я»-усилий.

Пользуясь высоким стилем, можно, думаю, сказать, что в своем образе человек встречается с той тайной вечности, которая в каждом из нас конкретизируется как начало нашей индивидуальной жизни. Недаром, философствуя, мы знаем, что нашими глазами смотрит та самая вечность, тайну которой несет в себе наше «Я» как данность.

Итак, образ как медиатор, опосредующий психическую жизнь человека, это прежде всего проявление данности его «Я» как основания для обоснования существования самой психической реальности во всем многообразии ее качеств.

В движении образов человек переживает время и его направленность в пространстве. В движении образов проявляется спонтанно присутствующая в психической реальности символическая функция. Ее реализация нарушается при переживании жизненного стресса и восстанавливается через восстановление этого движения.

Медиаторы своим существованием позволяют обсуждать проблему разных видов воздействия и самовоздействия человека на свойства психической реальности, рассматривать вопросы о происхождении и роли тех или иных медиаторов как орудий психической жизни, о возникновении на их основе и с их помощью функциональных органов психики, о тайне «Я» и чуде рождения новых качеств психической реальности. Медиаторы позволяют приблизиться к пониманию того, что каждый из них является превращенной формой присутствия в психической жизни человека другой жизни, того *другого*, которое своим присутствием и воздействием создает возможность проявления качеств психического как особой данности жизни «Я». По сути дела таким образом обосновывается факт необходимости профессии психолога как человека, владеющего знанием о медиаторах и умеющего использовать их функции для восстановления логики индивидуальной жизни человека.

В связи с этим мне хотелось бы рассмотреть очень кратко вопрос об опосредованности профессионального мышления психолога о свойствах психической реальности человека.

Представляется несомненным факт, что психолог может в той мере понимать и обосновывать свое воздействие на другого человека, в какой мере он (психолог) владеет обобщенным представлением о строении психической реальности как целостности, то есть владеет обобщенной теорией.

В психологическом консультировании вопрос о строении психической реальности, о жизни как целостном предмете не является праздным – это основа для воздействия на переживание человека с целью восстановления логики его индивидуальной жизни.

Как психологи представляют психическую жизнь человека как целостность? Что можно (и нужно), исходя из этих представлений, использовать в психологическом консультировании для воздействия на различные медиаторы страдающего человека?

Об этом в следующей главе.

Глава 3
Психическая жизнь как предмет мышления психологов

Любой предмет взывает: «Вникни, чувствуй!»

Р. М. Рильке.

3.1. Метафорические модели мышления психологов о жизни как целостности

Метафорические модели мышления описаны во всех работах, посвященных психологическому консультированию или психотерапии. Без них просто нельзя обойтись, так как они – основа мышления о том, как должен (!!) жить человек, преодолевший (преодолевающий) с помощью психолога свое душевное страдание. Эта модель задает цель. Самая простая и почти неактуальная ее форма могла бы звучать так: «Жизнь как целостность – это здоровье» или, еще проще: «Здоровье – это и есть жизнь». Та жизнь без страдания, к которой стремятся люди, переживающие страдание.

Научное мышление требует определения критериев здоровья и методик определения соответствия им, а научно–практическое – определения пути (методики) воздействия на человека, чтобы он смог двигаться к этой цели.

Житейская мудрость говорит о том, что человек сам знает, когда он здоров, даже в том случае, если все (опыт карательной психиатрии многообразен) убеждают его в том, что он болен. Житейская же мудрость говорит о том, что боль – далеко не однозначное явление в жизни человека, и т. п.

Психологу необходимо обращаться в своей работе к понятию нормальной человеческой жизни, чтобы его собственные усилия по работе с другим человеком имели обоснование хотя бы минимальной целесообразности.

Психолог выстраивает целостный предмет своего мышления – человеческую жизнь.

Особенность этого целостного предмета, как минимум, определяется следующими факторами:

– личным жизненным опытом переживаний психолога его встреч с другими людьми и опыта восприятия воздействия других людей;

– опытом научного мышления;

– творческим потенциалом его «Я» как данности психической реальности.

Кроме того, за этим процессом будет стоять и опыт рефлексивного мышления, тот непосредственный опыт диалогического взаимодействия с другими людьми, где происходило рождение новых качеств психического. Л. С. Выготский называл эту ситуацию «зоной ближайшего развития». Была ли она отрефлексирована и в какой мере? Этот

вопрос позволяет заметить, что метафорическое построение такого целостного предмета мышления, как жизнь человека, просто невозможно без привнесения в него качеств «Я» мыслящего о ней человека. Это связано и с процессом рождения целостного образа этого предмета, и с процессом его трансляции для другого человека как предмета совместного с ним, психологом, воздействия.

В этом целостном предмете своего профессионального мышления психолог персонифицирует свою картину мира, свою концепцию жизни, свое «Я» как качество, порождающее их целостность.

Одним из наиболее распространенных способов представления в мышлении психической жизни как целостности стала метафора.

Метафора – это одновременно и процесс, и результат. Процесс мыслительной деятельности, затрагивающий самые глубинные чувства человека и результат, полученный в ходе этой деятельности.

Психолог сам несет эту метафору как концепцию жизни, он может видоизменять ее в ходе профессиональной работы с другим человеком, но он обязан удерживать в своем сознании психическую жизнь как целостность. Это одна из задач обоснования им своего воздействия на другого человека.

Одна из важнейших особенностей метафоры как способа целостного представления предмета в том, что ее нельзя использовать в мышлении без отношения к содержанию. Можно сказать, что метафора – это живое мышление, где целостность предмета мышления не задается, а создается «Я»-усилиями человека.

В этом плане можно провести интересный анализ исследований психологов и психотерапевтов, где они прибегают к различным метафорам в мышлении о жизни как целостности. Великолепным примером этого могут быть идеи онтопсихологии Антонио Менегетти (28–30).

Менегетти использует метафоры, отражающие его мышление о жизни как целостности. Он размышляет о том, что жизнь – как море, волны которого могут принести гибель или навеять самые поэтические ощущения. Он говорит о том, что чтобы прийти к жизни, надо пройти много дорог, по этим дорогам ходит и сама жизнь, не останавливаясь ни на одной из них. Он использует как метафоры отношений человека и других людей образы маленького ручейка, верного своей природе, и большой реки, которая не иссякнет, если ее будет питать маленький ручей…

Метафорами, позволяющими мыслить о жизни как целостности, наполнены религиозные, философские, психотерапевтические и литературные тексты.

Я не буду занимать время многочисленными ссылками на литературные источники. Те, кто интересуется этим, знакомы с соответствующей литературой, а если им еще только предстоит такое знакомство, то не буду лишать их чувства новизны и предвкушения от встречи с прекрасным.

Сейчас мне представляется важным просто зафиксировать факт существования в мышлении психолога метафоры как формы, проявляющей для него самого и для другого человека жизнь как целостность.

Необходимость воплощения этого в форме метафоры осознается многими психологами, когда они хотят использовать поэтические и прозаические литературные тексты для прояснения своего научного (понятийного) мышления.

Поиск метафоры, построение ее – это мыслительный процесс, затрагивающий самые глубинные чувства человека, это его движение в своем собственном психологическом пространстве, где все параметры пространства становятся задействованы в этом движении. Метафора – это живая форма, которая открывает человеку взаимосвязь его внутренней жизни со всем миром, это открытие закона универсума, доступное только живущему психической жизнью человеку. Это давно замечено и неоднократно описано, что позволяет говорить – возможность для психолога строить метафоры является и характеристикой его мышления как проявления живой жизни.

Если попробовать кратко выразить общую идею этого раздела, то она могла бы быть сформулирована так: *рождение метафоры в мышлении психолога о жизни как целостности характеризует его собственную жизнь как живую, обладающую потенциалом создания новых форм.*

3.2. Графические модели психической жизни

Описаний графических моделей психической жизни тоже очень много в работах разных авторов. Я выбрала те, которые позволяют мне отметить несколько важных для практической консультационной работы с людьми идей. Идеи эти такие:

– построение графической модели психической жизни как целостности для автора этой модели можно рассматривать как реализацию им трансцендентальной позиции в его собственном мышлении;

– структурные отношения, которые фиксирует модель, отражают переживания автора этой модели;

– функциональные отношения, которые фиксирует модель, отражают содержание научной рефлексии автора, которую он осуществляет в системе научных понятий, обосновывающих наличие самих этих отношений;

– возможность сопоставления различных моделей обосновывается фактом существования, как предмета научного мышления, психической жизни человека и доступностью его для научного мышления с целью познания закономерностей, обуславливающих существование этого предмета как целостности;

– построение графических моделей позволяет обсуждать вопрос об экстериоризации топологических параметров психологического пространства и их топографическом воплощении как вопросы опосредованности мышления психолога свойствами созданных им (или его коллегами) моделей психической жизни.

Модель – это не только результат мышления, его продукт, она и средство мышления. Когда модель становится средством мышления психолога, она опосредует его профессиональную деятельность как одно из обоснований воздействия на другого человека.

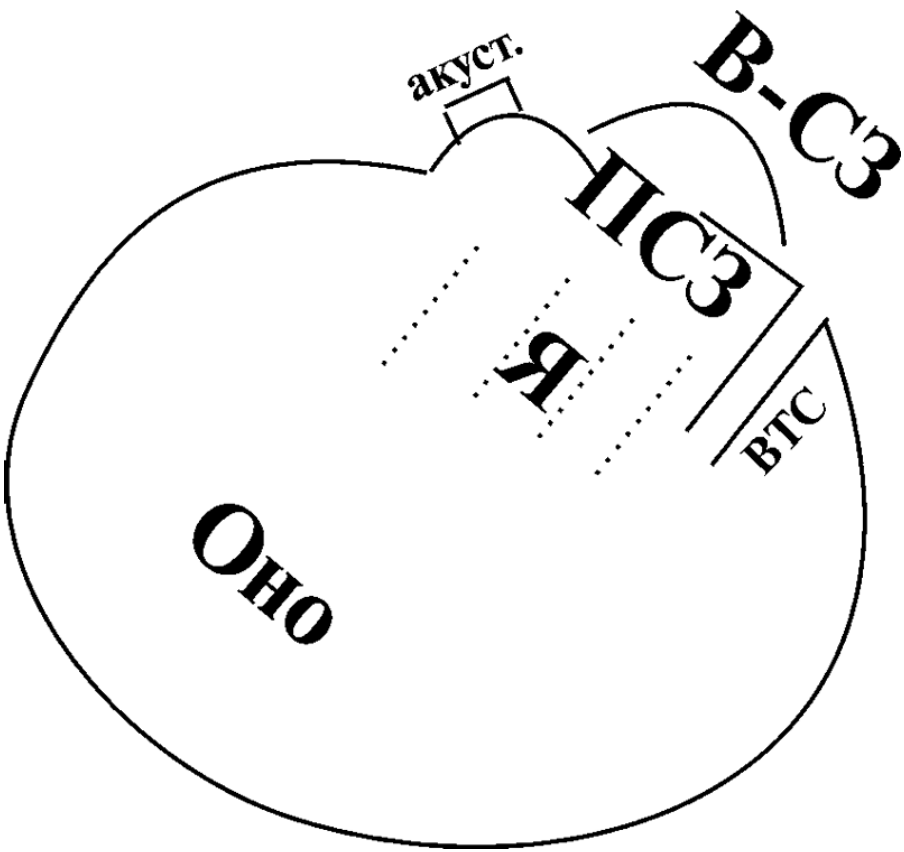
Представляется целесообразным с этой точки зрения рассмотреть несколько графических моделей, которые позволяют мыслить о психической жизни как целостности.

Модель Зигмунда Фрейда

Мне думается, что есть смысл процитировать З. Фрейда: «Теперь индивид для нас – психическое «Оно», неузнанное

и бессознательное, на котором поверхностно покоится «Я», развитое из системы В как ядра. Если изобразить это графически, то следует прибавить, что «Я» не целиком охватывает «Оно», а постольку, поскольку система В образует его поверхность, то есть примерно так, как пластинка зародыша покоится на яйце. «Я» не четко отделено от «Оно», книзу оно с ним сливается.

Но и вытесненное сливается с «Оно» – оно является лишь его частью. Вытесненное только от «Я» резко отграничено сопротивлениями вытеснения; при помощи «Оно» оно может с ним сообщаться. Мы тотчас распознаем, что все подразделения, описанные нами по почину патологии, относятся к только нам и известным поверхностным слоям психического аппарата. Эти соотношения мы могли бы представить в виде рисунка, контуры которого, конечно, только и представляют собой изображение и не должны претендовать на особое истолкование.



Обозначения, присутствующие в модели: ПСЗ – предсознательное;

В-СЗ – поверхностная система, где происходит осознание

как внешних, так и внутренних восприятий, если переход ощущений или чувств в эту систему прегражден, то они не превращаются в ощущения, хотя, как пишет Фрейд, соответствующее им «другое» то же самое. Ощущения или сознательны, или бессознательны; акуст. – акустическая система или «слуховой колпак»; Я – обозначение «Я», Оно – обозначение «Оно» или бессознательного. Ссылки на ВТС в тексте прямо нет.

Прибавим еще, что «Я» имеет «слуховой колпак», причем, по свидетельству анатомов, только на одной стороне. Он, так сказать, криво надет на «Я». Легко убедиться в том, что «Я» является измененной частью «Оно». Изменение произошло вследствие прямого влияния внешнего мира при посредстве В-СЗ. «Я» – до известной степени продолжение дифференциации поверхности. Оно стремится также применить на деле влияние внешнего мира и его намерений и старается принцип наслаждения, неограниченно царящий в «Оно», заменить принципом реальности. Восприятие для «Я» играет ту роль, какую в «Оно» занимает инстинкт. «Я» репрезентирует то, что можно назвать рассудком и осмотрительностью. «Оно», напротив, содержит страсти…

Функциональная важность «Я» выражается в том, что в нормальных случаях оно владеет подступами к подвижности. В своем отношении к «Оно» оно похоже на всадника, который должен обуздать превосходящего его по силе коня; разница в том, что всадник пытается это сделать собственными силами, а «Я» – заимствованными. Если всадник не хочет расстаться с конем, то ему не остается ничего другого, как вести коня туда, куда конь хочет; так и «Я» превращает волю «Оно» в действие, как будто бы это была его собственная воля» (44, с. 360).

Мы получили возможность проследить происхождение модели, суметь оценить ее дидактические качества, ознакомиться с метафорами автора, характеризующими динамику психической жизни человека.

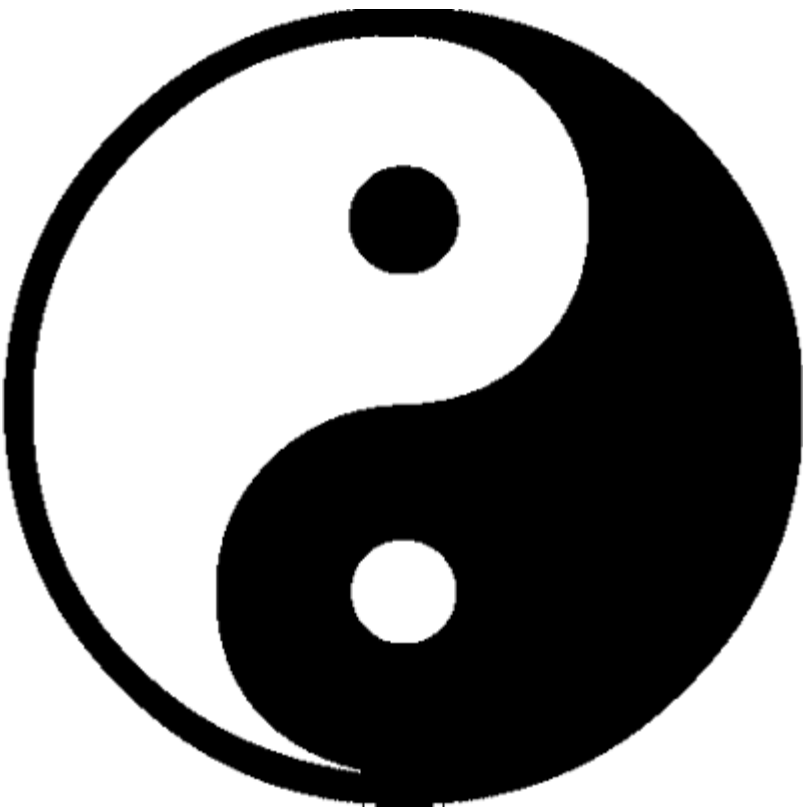
У нас есть возможность наблюдать происхождение этой модели и ее значение для мышления самого автора.

В этом разделе мне представляется важным показать, что в модели Фрейда нет четко обозначенных границ между структурными элементами психической жизни. Его внимание больше направлено на описание функциональных отношений между ними. Само психическое представляется ему открытой реальностью с параметрами структур, которые не имеют четких качественных проявлений и находятся в функциональных

отношениях взаимозависимости. Созданная З. Фрейдом модель опосредует для него процесс его собственного мышления о психической реальности, так как с ее помощью экстериоризуются (как пространственные) функциональные отношения в психической реальности человека и создается целостная картина (в виде рисунка) этих отношений. Она позволяет остановить процесс мышления, отнестись к картине как к его продукту, осуществить необходимые для рефлексии действия по осуществлению обратной связи в связи с существованием этого продукта.

Другими словами, модель (рисунок, картинка) позволяет человеку, использующему его для опосредования своего мышления, занять новую интеллектуальную позицию к содержанию, представленному в этот момент времени как целостный предмет.

Представляется важным напомнить читателю о существовании других моделей, позволяющих понимать психическую жизнь человека как целостность, как предмет.



Прежде всего это известный символ китайской философии, объединяющий Инь и Ян, представляющий замкнутые друг

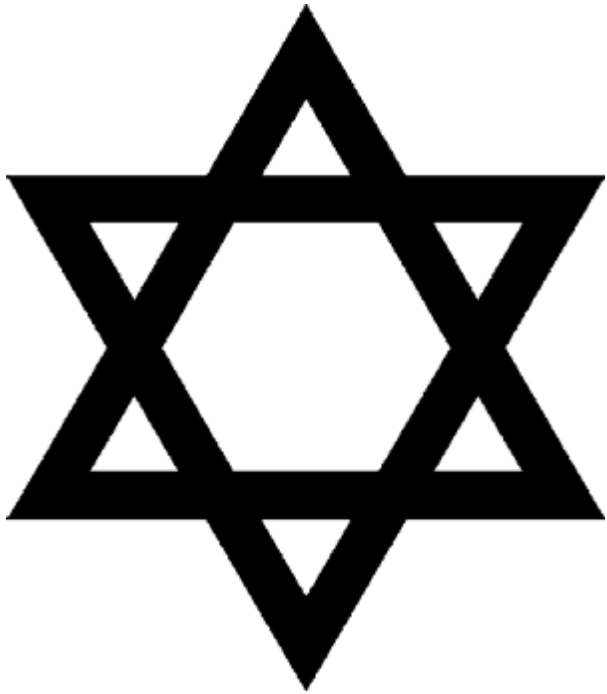
на друга противоположности. К числу таких противоположностей можно отнести и то, что составляет психическую жизнь человека – его душу и тело, они могут находиться в отношениях, изображенных этим символом.

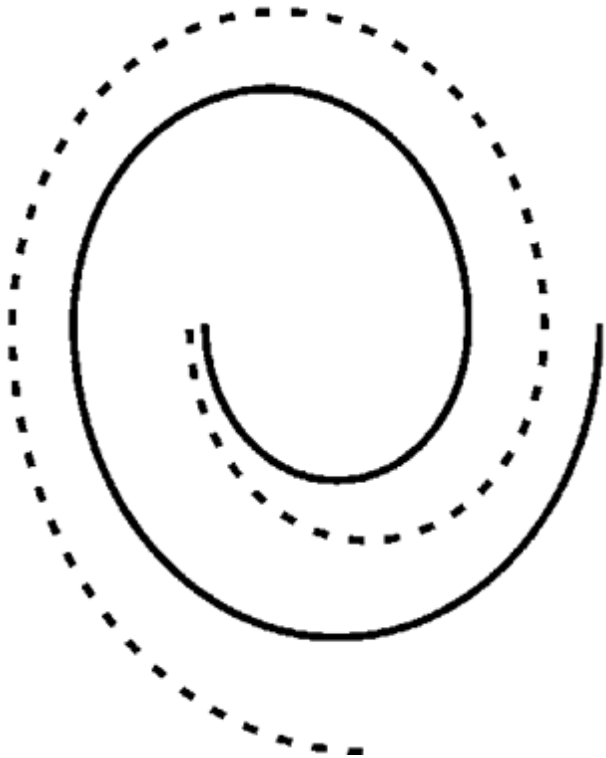
Он состоит из совершенно равных частей, которые тесно соприкасаются друг с другом, но не объединяются, не переходят одна в другую, они объединены извне – кругом, окружностью, который является тоже важной составляющей этой модели. Неизменность и статичность бытия, его вечность представлены в этой модели. Это возможность обсуждать проблемы микро– и макрокосмоса, жизни вообще и психической жизни человека в частности. Этот символ как модель психической жизни человека широко используется в психологии, например, для демонстрации психосоматических проблем человека, для описания функций «Я», создающих и обеспечивающих существование целостности, единства противоположностей.

Мне представляется важным, что эта модель позволяет выделить существование относительно независимых структурных единиц психической реальности, описать отношения между ними и ввести представление о факторах, обеспечивающих функциональную целостность психической реальности.

Важно и то, что с помощью этой модели можно продемонстрировать отношение к внешнему воздействию, которое, по восточной философии, не является существенным для сохранения целостности и единства противоположностей.

Есть и другая модель, которая трактует отношения между противоположностями совсем иначе. Это – «звезда Давида», где возможные противоположности (душа и тело, составляющие психическую жизнь человека) представлены как взаимопроникновение, что означает динамичность, развитие, а лучи этой звезды – прорыв, выход из замкнутого круга. В основе этой модели лежат идеи взаимодействия, которые могут быть выражены и иначе.





Примером может быть модель отношений души и тела, разработанная В. Райхом, который пытался показать, что взаимопроникновение заменяется взаимодействием в движении. При этом при увеличении динамичности утрачивается смысл существования границ или поверхностей, которые могут быть связаны с «Я» как с силой, удерживающей противоположности в отношениях друг к другу.

Мне представляется важным, что графические модели, которые можно рассматривать и как метафоры, и как символы в зависимости от их места в психической реальности людей, которые ими начинают пользоваться, показывают возможность мышления о психической реальности как целостности, обладающей структурой, функциональными отношениями между ее элементами и функциями, обеспечивающими ее целостность как предмета.

Модели позволяют выделить те качества психической реальности, которые способствуют созданию отношения к ней как к особому предмету. На примере приведенных выше моделей к числу этих качеств можно отнести качества, связанные с существованием структур и их границ.

Еще одной графической моделью, построенной ее автором в русле идей психоанализа, является модель Э. Берна, создателя структурного анализа – анализа отдельной личности и создателя анализа трансакций – отношений между людьми (рис. 1–8).

С точки зрения Э. Берна, психическую жизнь каждого человека можно представить как целостность, где есть три относительно независимых друг от друга состояния «Я». Это состояние «Я» Родителя, состояние «Я» Взрослого и состояние «Я» Ребенка. Эти состояния представляют реальных людей, которые были в жизни человека или есть в ней в настоящее время. Эти люди так же реальны, как реальны состояния «Я», которые с ними связаны и существуют в психической жизни личности, объединенные в целостность фактом существования самой личности.

На рис. 1 показана структура личности в виде диаграммы, содержащей три окружности – главные ее составляющие. Обращаю внимание на то, что эти окружности равны по размерам и расположены вертикально.

Состояния «Я» сокращенно называются Родитель, Взрослый, Ребенок и обозначают там, где используется структурный подход, не конкретных людей, а именно состояния «Я».

Они имеют разное содержание и разное время появления в психической жизни личности.

Состояние «Я» Родителя содержит установки и правила поведения, которые человек усвоил извне, в первую очередь от своих родителей. Это прежде всего заботливое и критическое отношение к другим.

Состояние «Я» Взрослого не зависит от возраста человека, так как это то состояние, которое вызвано восприятием текущей информации, оно ориентировано на настоящее время, связано с ориентацией на объективные факты и закономерности, рассудочно и организованно.

Состояние «Я» Ребенка или Дитя содержит все побуждения, которые возникают спонтанно, естественным образом. Оно представляет также собой хранилище ранних детских переживаний, реакций и позиций в отношении себя и других.

В индивидуальной истории психической жизни человека сразу после рождения появляется уникальное состояние «Я» Ребенка, затем развивается состояние «Я» Родителя. Состояние «Я» Взрослого развивается по мере того, как ребенок старается осмыслить окружающий мир и начинает сознательно воздействовать на других людей.

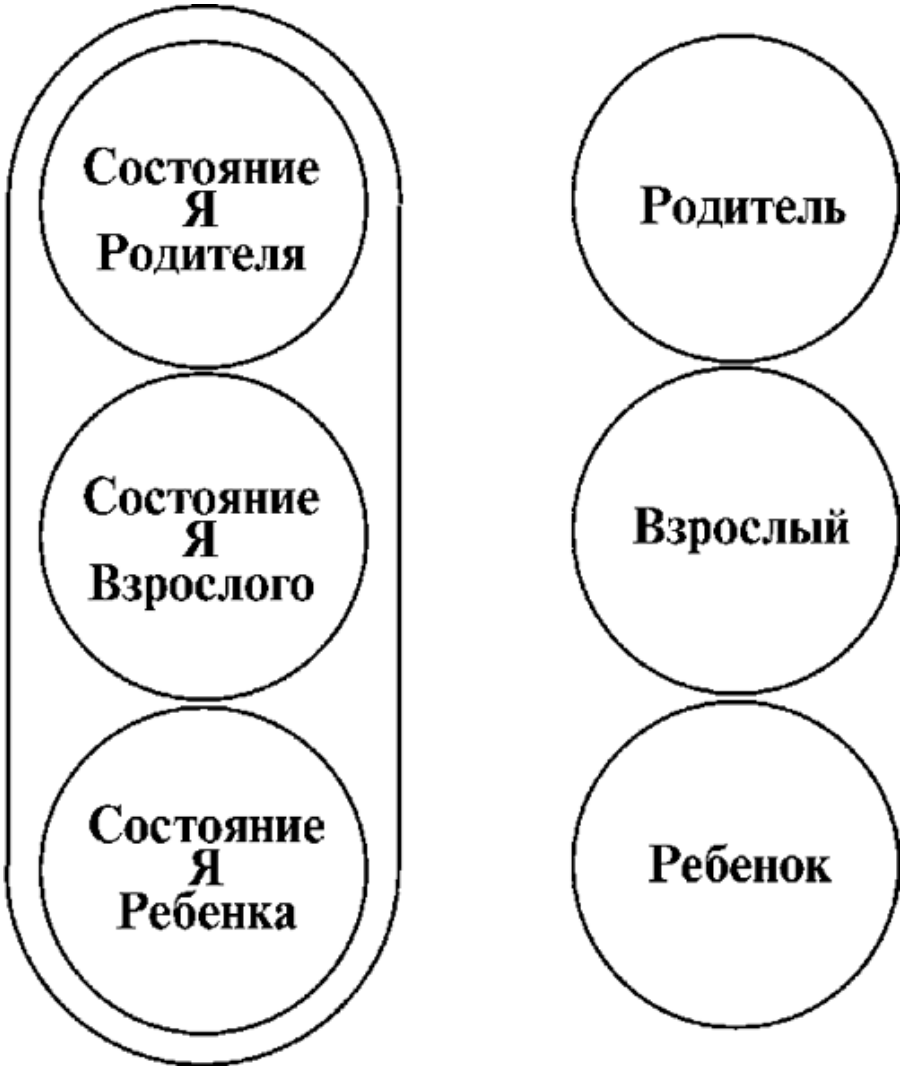


Рисунок 1. Структурная диаграмма

Любая ситуация жизни может активизировать определенное состояние «Я», иногда они начинают вступать между собой в отношения, позволяющие дифференцировать внутри каждого состояния «Я» другие его качественные особенности, что сегодня широко представлено в структурном анализе.

Анализ трансакций (см. рис. 2–8), при котором применяются модели психической жизни личности, позволяет выделить в них несколько типов трансакций: контакт, дополнительные трансакции, пересекающиеся и скрытые.

Пример контакта графически показан на рис. 2. Думаю, что можно без труда догадаться об особенностях этой трансакции – она ограничена стимулом и реакцией

и осуществляется на уровне равных «Я» состояний партнеров по взаимодействию.

Дополнительные трансакции изображены на рис. 3. Такая трансакция происходит в том случае, если на сообщение, посланное из одного «Я» состояния, человек получает ответ из ожидаемого определенного «Я» состояния другого человека. В такой трансакции нет ничего неожиданного для того, кто ожидает ответа на свое воздействие.

Скрытые трансакции на рис. 4 и 5 (они обозначены пунктирной линией) наиболее сложные, так как включают более двух состояний «Я». В практике жизни это известная ситуация, когда человек использует подтекст для передачи своего отношения к другому человеку.

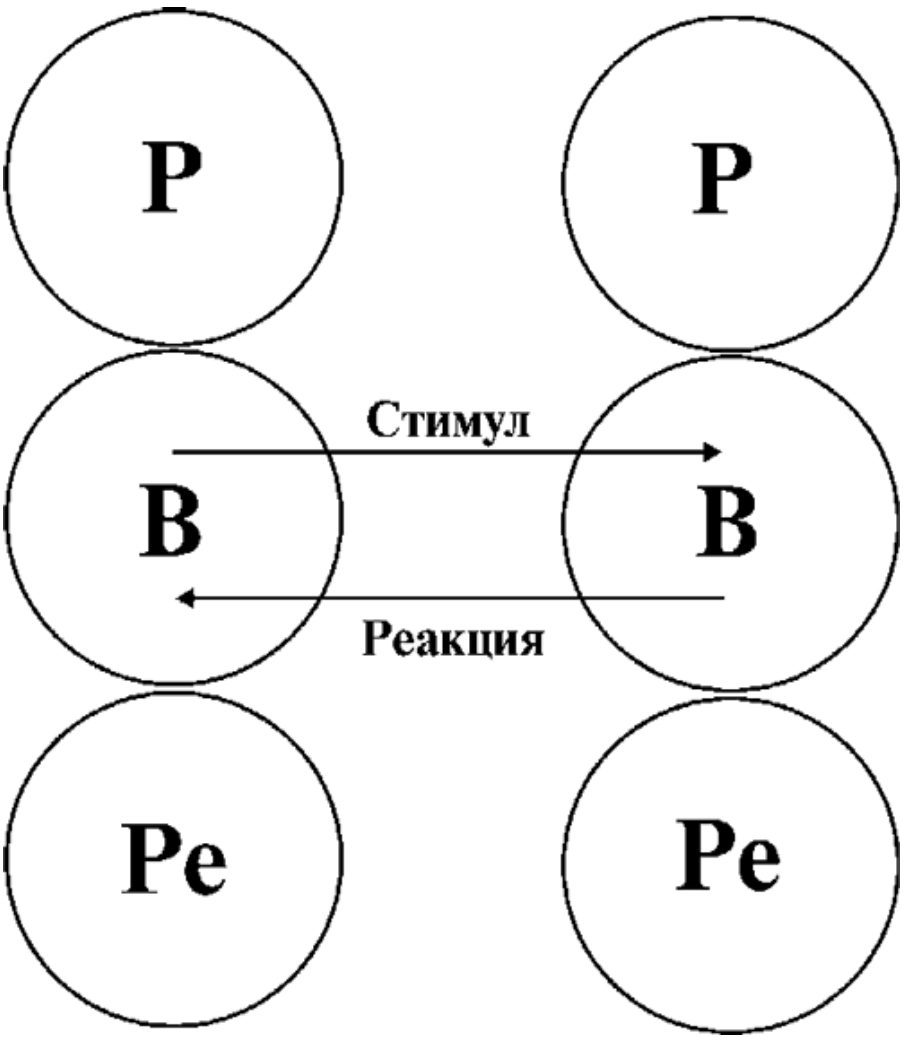


Рисунок 2.

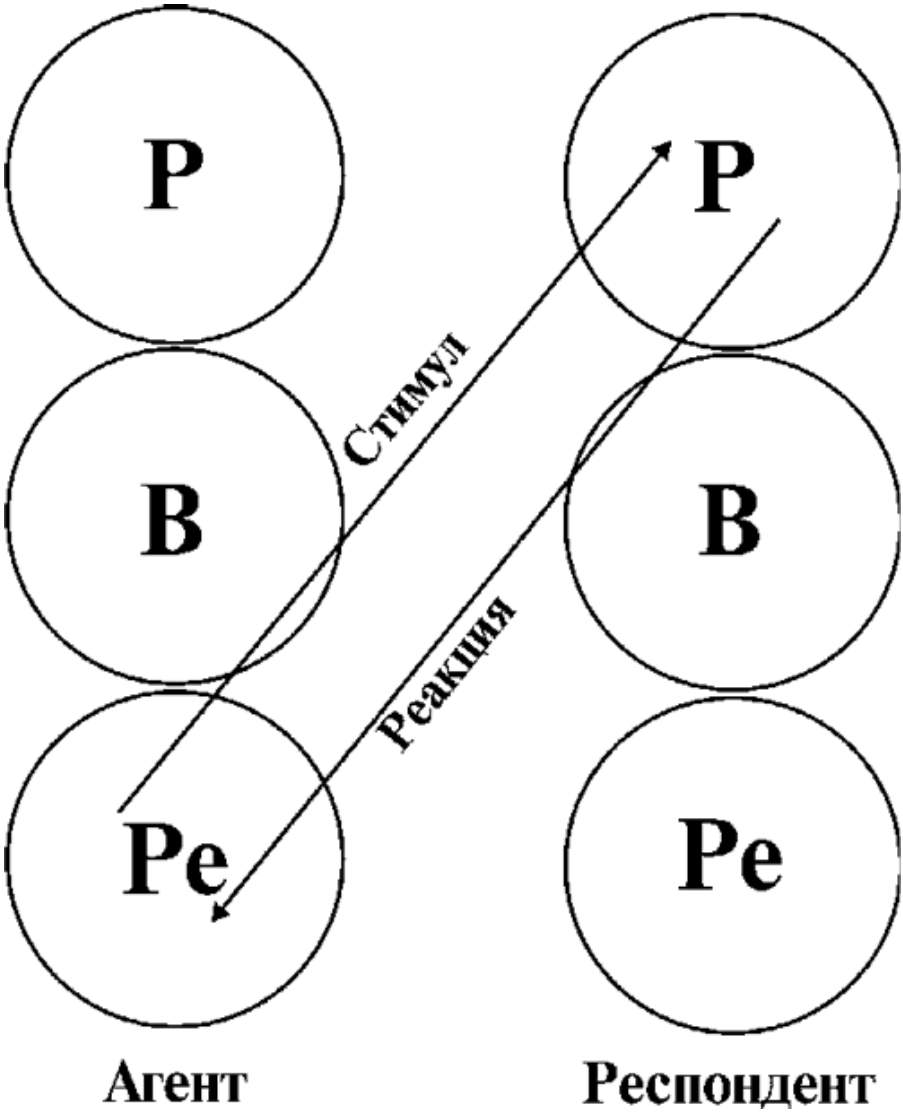


Рисунок 3.

Пересекающиеся трансакции (рис. 6 и 7) – это те ситуации жизни, когда люди получают друг от друга неожиданные реакции на то воздействие, которое они передали сами из своего состояния «Я». При этом они могут испытывать как простое замешательство, так и бешенство по поводу того, что произошло как реакция на их воздействие. Активируется неподходящее состояние «Я», и линии коммуникаций пересекаются.

На рис. 8 представлена диаграмма взаимоотношений, которые теоретически возможны с точки зрения предлагаемой модели их анализа. (Надо заметить, что цифры внутри каждого

круга обозначают возможные ориентации воздействия и реагирования данного состояния «Я» на состояние «Я» другого человека. Каждая из линий взаимоотношений может сочетаться со скрытыми трансакциями, которые в эту схему не включены.)

Мне представляется важным, что с точки зрения структурного и трансакционного анализа можно экстериоризировать содержание психологического пространства как одного человека, так и пространство отношений с другими людьми.

При этом модель выполняет для самого психолога, который ее использует, важную роль структурирования той психологической информации, о которой он должен мыслить в своей профессиональной деятельности. Эти схемы позволяют демонстрировать динамику психической жизни, показывают существование в ней моментов начала и завершения переживаний от воздействия других людей и от самовоздействия человека. Графические формы, используемые в этой модели, позволяют наглядно описывать структурные элементы психической реальности и их отношения. Сама модель содержит достаточное число степеней свободы в отношениях между ее элементами, чтобы при работе с нею можно было мыслить о новых свойствах реальности, которые она отражает.

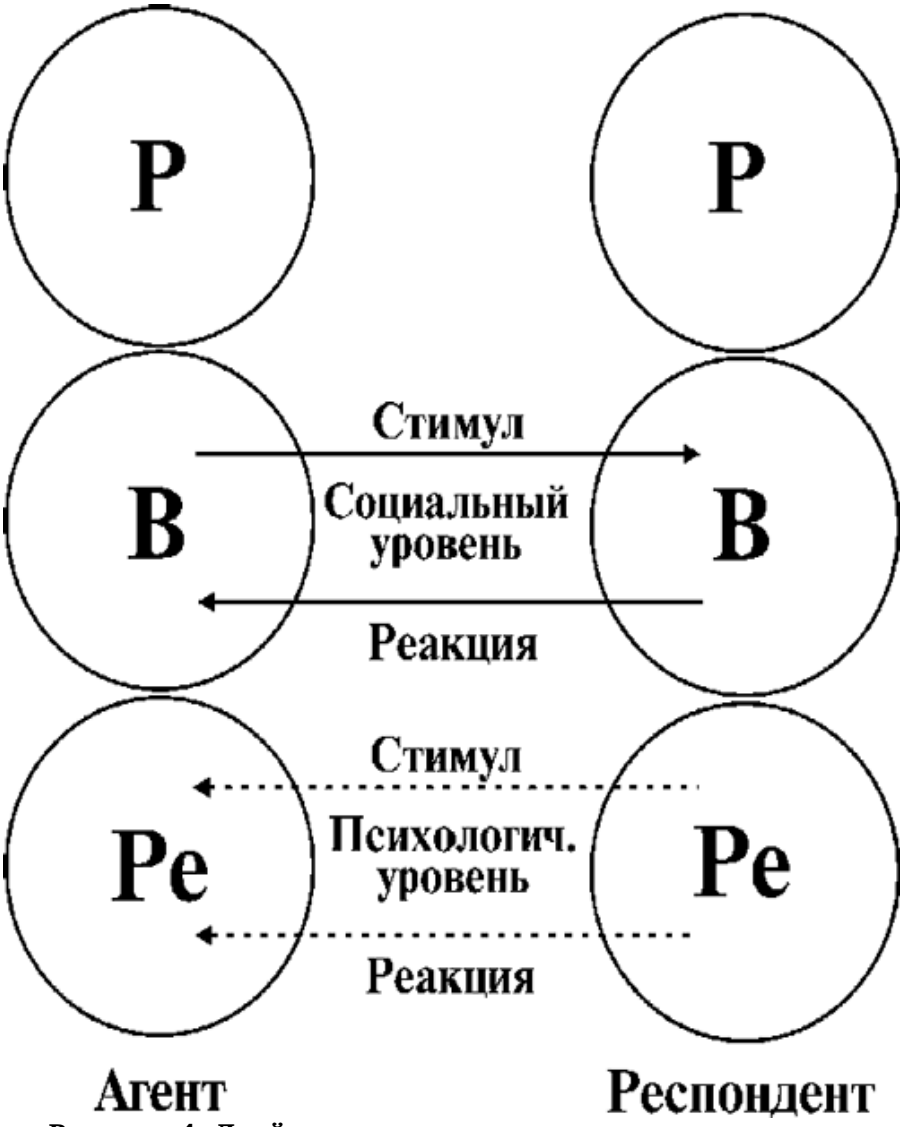


Рисунок 4. Двойная трансакция

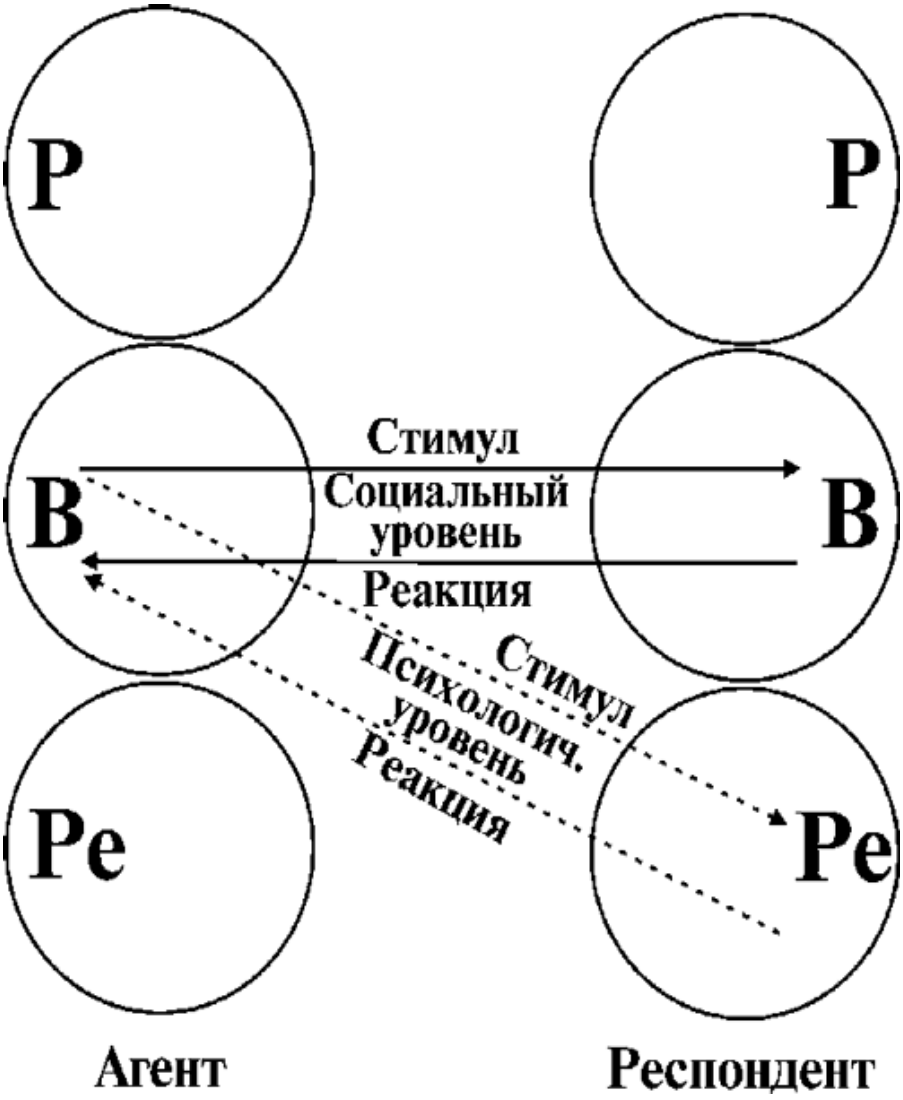


Рисунок 5. Угловая трансакция

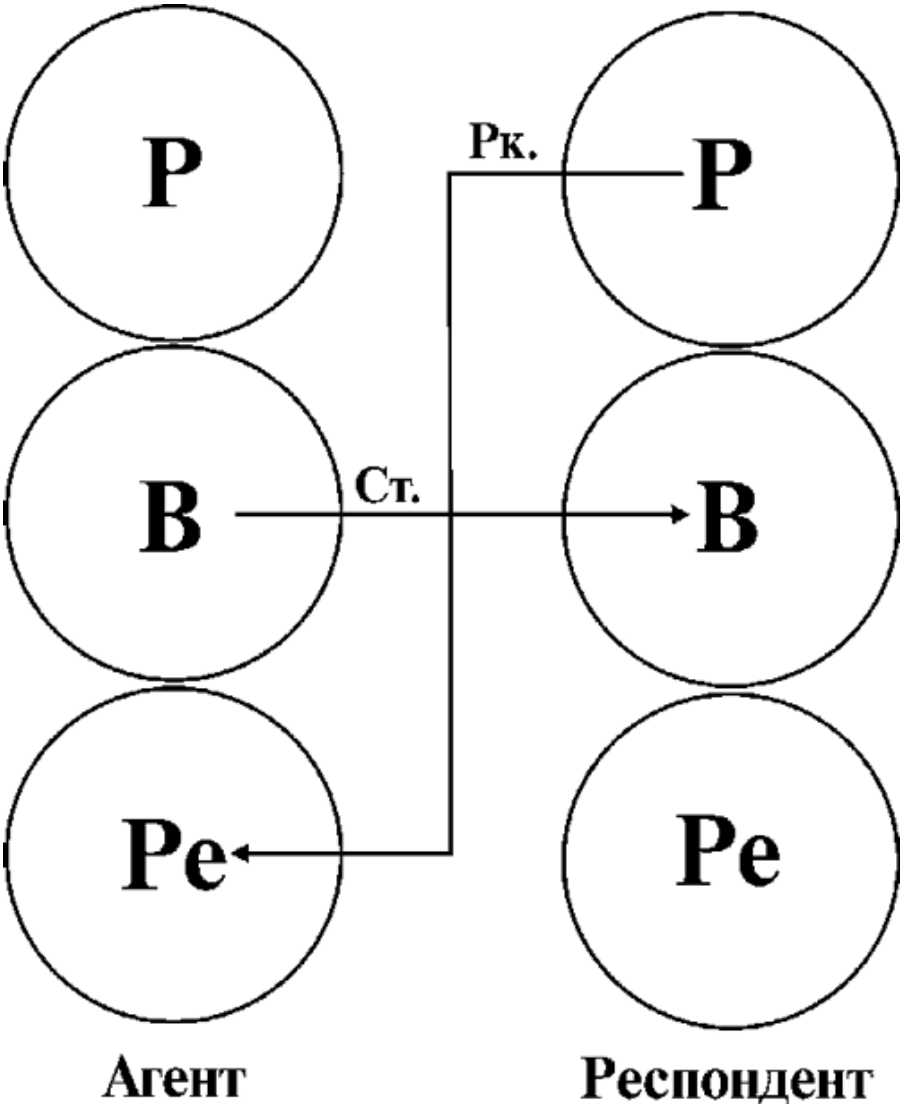


Рисунок 6.

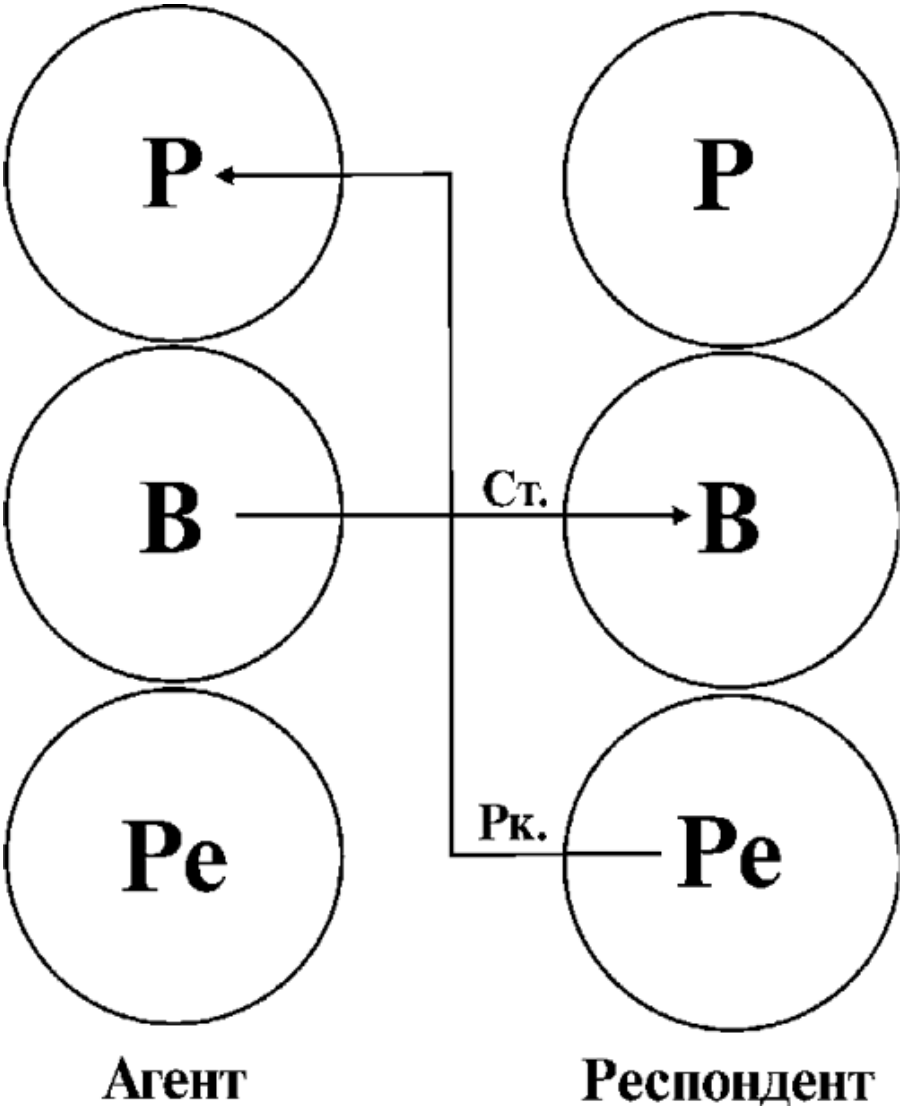


Рисунок 7.

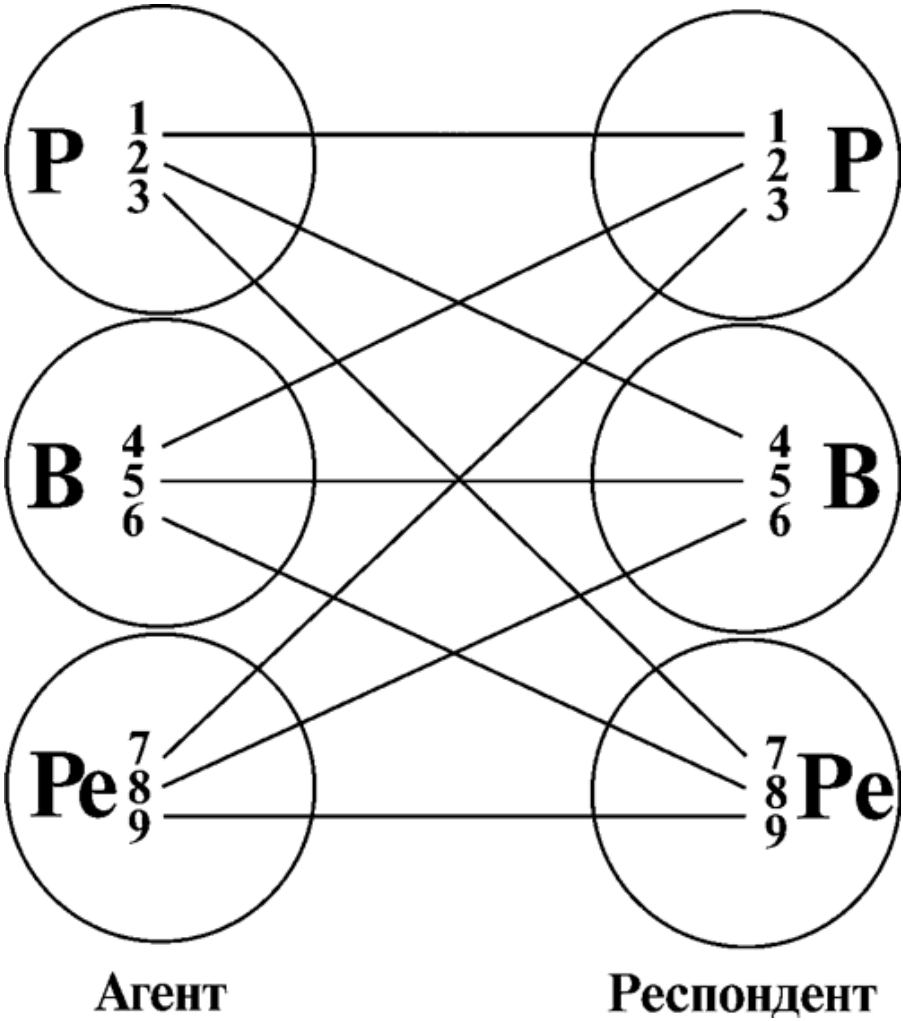


Рисунок 8. Диаграмма взаимоотношений

Рисунок 9.

Рисунок 10.

Мне хотелось бы показать еще несколько графических моделей, которыми пользуются психологи в своем мышлении о психической реальности как целостности. Например, Р. У. Лейнг описывает динамику целостной психической жизни человека в обычном (рис. 9) и в шизоидном состоянии (рис. 10). Он пишет: «В первой схеме мы имеем правильный круг. *Реальность мира и Я взаимно усиливаются прямым взаимоотношением между Я и другим*. На графике 2 (рис. 10 – *А. Г.*) показан порочный круг. Каждый элемент в этой диаграмме начинает восприниматься все более и более нереальным и неживым. Любовь исключается, ее место занимает страх. Окончательным следствием становится всеобъемлющее ощущение того, что все должно остановиться. Ничто не движется; ничто не живет; все мертво, включая *Я*. Своим отстранением *Я* заранее исключается из полноценного переживания реальности и жизненной наполненности. То, что можно назвать *творческим отнесением* к другой личности, в которой происходит взаимное обогащение *Я* и этого другого (правильный круг), – совершенно невозможно, и *взаимодействие* заменено тем, что на какое-то время может показаться действующим мягко и продуктивно, но что на самом деле не заключает в себе «жизни» (*стерильная связь)*. Вместо связи Я– ты получается взаимодействие квази-оно – оно. Это взаимодействие – мертвый процесс.

Внутреннее *Я* стремится жить, используя определенные (как может показаться) компенсационные преимущества. Так Я начинает создавать соответствующие идеалы…» (20).

Здесь мне представляется целесообразным обратить внимание читателей на сам факт появления в работе психолога графических схем. В психической реальности есть такие структурные и функциональные отношения, которые при описании их словом теряют, как мне думается, важное

свойство – соотнесенность их в пространстве психической реальности. Чтобы сохранить это свойство образований, составляющих содержание психической реальности, в мышлении о них как о проявлении ее целостности, психолог использует графические схемы.

Пространство графики становится аналогом пространства психической реальности. По сути дела происходит то, что в свое время Курт Левин и его последователи называли созданием топографических схем. (Психолог тоже решает такие задачи, когда создает графические схемы для опосредования своего мышления.)

Такие топографические схемы (рис. 11, 12) позволяют понять поведение человека в ситуации решения знаменитых интеллектуальных задач, использовавшихся в школе Левина как стимулы, задач, которые не имеют решения в заданных условиях. Над планом реального, где существуют непроницаемые барьеры, испытуемый помещает воображаемый план, где в его ирреальности может сделать барьер проницаемым, может приблизиться к предмету и выйти из поля, заданного условиями задачи.

Возможность использования таких топографических схем позволяет зафиксировать (мне это представляется интересным и важным) присутствие в психологическом пространстве разных его качеств, его гетерогенность, его неоднородность, структурные и функциональные отношения между этими разными качествами. Еще один пример использования графических моделей в мышлении о психической реальности как целостности можно взять из работы В. Франкла (рис. 13). Франкл говорил так: «… Отличительным признаком человеческого бытия является осуществление в нем антропологического единства и онтологических различий, единого человеческого способа бытия и различных форм бытия, в которых он проявляется… Да будет мне, однако, позволено очертить понимание человека, «доказанное в геометрическом порядке» с использованием геометрических аналогий. Речь идет о димензиональной онтологии. Первый из двух законов димензиональной онтологии звучит так:

один и тот же предмет, спроецированный из своего измерения в низшие по отношению к нему измерения, отображается в этих проекциях так, что различные проекции могут противоречить друг другу (это иллюстрирует рисунок проекции цилиндра в разные плоскости – *А. Г.*)…

Рисунок 11.

Рисунок 12.

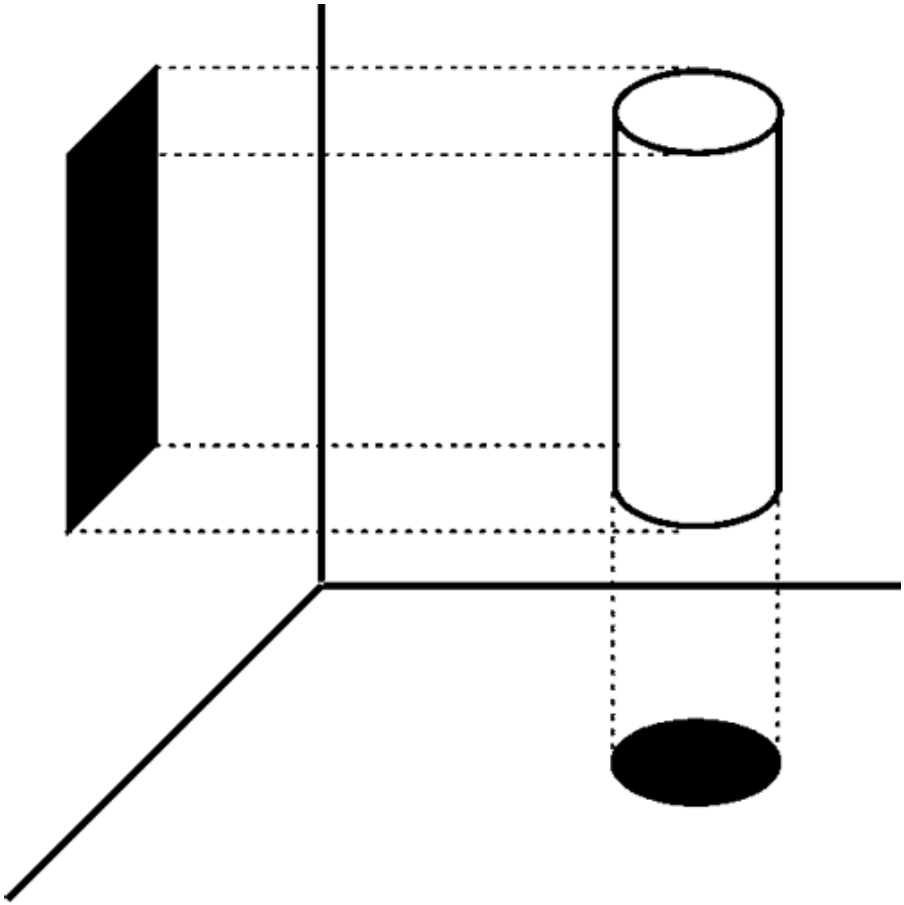


Рисунок 13.

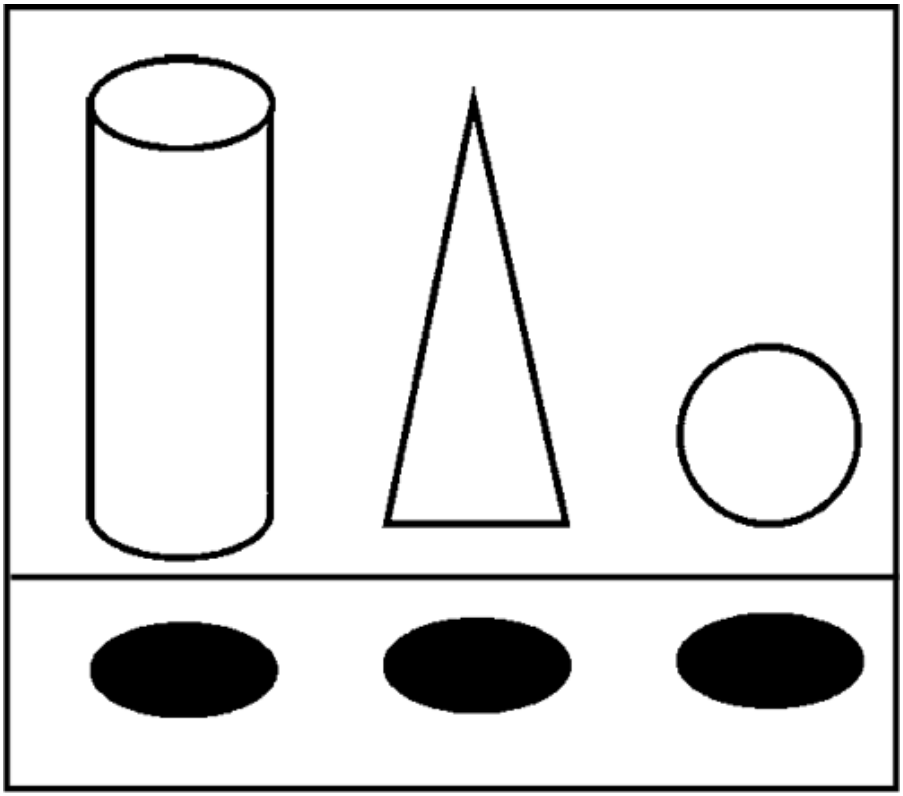


Рисунок 14.

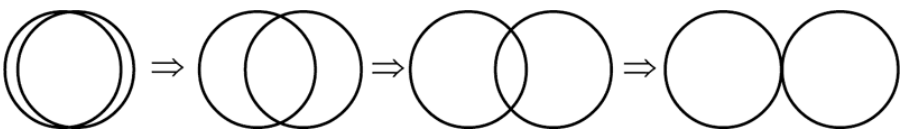


Рисунок 15.

Второй закон димензиональной онтологии гласит: *Уже не один, а различные предметы, спроецированные из их измерения не в разные, а в одно и то же низшее по отношению к нему измерение, отображаются в своих проекциях так, что проекции оказываются не противоречивыми, но многозначными* (см. рис. 14 – *А. Г.*)*… бессмысленно искать единство человеческого способа бытия, а также разрешение таких противоречий, как антиномия души и тела, в тех плоскостях, на которые мы проецируем человека. Обнаружить его можно лишь в высшем измерении, в измерении специфически человеческих проявлений… Быть человеком – значит выходить за пределы самого себя. Я бы сказал, что сущность человеческого существования заключена в его самотрансцендентации…»* (42, с. 48–51).

Приведенные выше графические модели В. Франкла

показывают, что психическую реальность человека можно рассматривать как целостность с разных точек зрения.

Результаты при этом будут далеко не однозначными. Для задач нашей работы подход В. Франкла к построению графической модели представляется необходимым обоснованием целостности психической реальности как предмета мышления, которое может давать разные результаты в зависимости от выбранной человеком интеллектуальной позиции по отношению к предмету мышления.

Последняя графическая модель, которую хотелось бы показать, принадлежит Р. Скиннеру и Д. Клинз (39, с. 98):

«*Джон.* Вы хотите сказать, что обводя себя на своей мысленной карте, он обнаруживает: *между* ними… черта?

Робин. Да. Обвести – значит обозначить, что внутри и что снаружи. Уже язык дает почувствовать: становясь «единым», вы становитесь «один». Осознавая свою отдельность, ребенок утрачивает ощущение безопасности; пока же «границы» его и матери перекрывались, он чувствовал себя защищенней. Теперь, осознавая отдельность матери, ребенок должен проникнуться *вероятностью ее потери* – вероятностью потери своего спасательного троса. Вот что в действительности происходит на этом этапе развития, когда ребенок и мать, бывшие (это показывает первая часть рисунка 15 – *А. Г.*) становятся (эти отношения показывает последняя часть рисунка 15 – А. Г.)».

Для меня важно, что авторы этой простой модели осознают ее содержание как топологию индивидуального психологического пространства, имеющего контуры и их обозначение в виде того, что можно назвать границами как в метафорическом, так и в прямом психологическом и физическом значении – границы психической реальности и границы тела человека.

Итак, анализ графических моделей, используемых психологами в их мышлении о психической реальности как целостности, приводит к следующим важным для практической работы с людьми выводам:

– графическая модель помогает зафиксировать структурные отношения, существующие в психической реальности человека, что позволяет соотносить их с топологией психологического пространства;

– графическая модель дает возможность мыслить о психической жизни человека как целостности, как предмете, который имеет временные и пространственные качества;

– графическая модель реализует существование различных интеллектуальных позиций, определяющих видение психической реальности как целостного предмета, а, значит, определяющих

процесс и результат мышления о нем;

– графическая модель может показать существование трансцендентальной позиции и ее необходимость в мышлении о психической жизни как целостном предмете;

– графическая модель дает возможность анализировать отношения людей друг к другу в общем пространстве и времени их действия;

– графическая модель при ее описании и интерпретации включает словесные метафоры, описывающие функциональные отношения элементов структуры психической реальности;

– графическая модель экстериоризирует психологическое пространство и отношения элементов психической реальности в нем.

Все выше сказанное приводит к таким размышлениям: графические модели могут стать для человека «Я»-знаками, если они будут отражать для него строение его психологического пространства, а следовательно, построение таких моделей в психологическом консультировании должно естественно привести к тому результату, ради которого и создаются «Я»-знаки. Результат этот можно сформулировать еще раз так: «Я»-знаки создаются для сохранения индивидуальной формы психической реальности человека через осуществление действия замещения.

Значит замещающее действие, когда в нем человек использует знак, отражающий качества его психической реальности, будет способствовать созданию новых форм в психической реальности, в ней появится движение, которое так необходимо человеку, переживающему жизненный стресс и нуждающемуся в восстановлении логики его индивидуальной жизни.

Графический знак может (должен стать) одним из «Я»-знаков в психологическом консультировании, это возможно, обоснованно и целесообразно.

Я закончу эту главу словами З. Фрейда: ««Я» прежде всего телесно; оно не только поверхностное существо, но и само – проекция поверхности» (44, с. 363).

О том, что и как можно сделать в практической работе с людьми, используя графические модели, – в следующей главе.

Глава 4
Применение графики в консультировании

Да, я заботлив, и во мне –
мой дом.
Я жду охраны – и я сам
хранитель.
Прекрасный мир, моих
волнений зритель,
рыдает дивно на плече
моем.

Р. М. Рильке.

4.1. Использование графики для обозначения «Я» человека, переживающего жизненный стресс

В качестве графического объекта, который применялся для создания «Я»-знака, был круг.

Круг как культурный знак является одной из геометрических фигур, свойства которой изучены и представлены в виде формул закономерностей. В этом смысле круг – это фигура на плоскости, которая строится по определенным правилам с помощью необходимых инструментов. Использование круга как геометрической фигуры позволяет вносить в мир предметов измерение как особое действие человека, опосредующее восприятие пространства и времени. В этом плане круг – это сенсорный эталон восприятия, идеальная фигура, которая способствует созданию гештальтов.

Круг, или Эйлеровы круги, – это принятый в логике способ наглядного изображения отношений между объемами понятий. Эта идея принадлежит знаменитому математику Леонарду Эйлеру[6]. Условно принято считать, что круг наглядно изображает объем какого-нибудь понятия. Объем понятия – это совокупность предметов того или иного класса, поэтому каждый предмет можно представить в виде независимых друг от друга точек внутри пространства круга.

Показывая графически отношения между объемами понятий, можно показать и все законы формальной логики, в том числе самые главные, открытые Аристотелем, – закон тождества, закон противоречия и закон исключения третьего.

Это еще одна знаковая роль круга, которая позволяет выделить в нем, как в геометрической фигуре, новые свойства, отражающие интеллектуальные усилия человека по созданию объема понятий и по реализации интеллектуальных действий, соответствующих логическим законам.

Круг – это и символическая фигура, так как она порождена индивидуальным сознанием человека как воплощение смысла. В этом аспекте о ней можно сказать словами А. Ф. Лосева, что она как символ вещи есть ее обобщение, но обобщение не мертвое (очень важное для меня суждение – *А. Г.*), не пустое, не абстрактное, не бесплодное, а такое, которое с необходимостью возвращает к обобщаемым вещам, внося в них смысловую закономерность. Лосев говорит о том, что в символе есть та общность, которая имплицитно содержит в себе все

символизируемое, даже если оно бесконечно.

Думаю, есть смысл еще раз сказать о том, что символ, созданный другими людьми, для человека, который должен его использовать, выступает как ситуация, где необходимо проявлять «Я»-усилия для осуществления воздействия с его помощью на собственную психическую реальность. Символ, созданный *Другим* человеком, является знаком для того, кто его использует как предмет, обладающий обобщающими качествами.

Создается ситуация, когда символ для одного человека становится знаком для другого. В ней присутствует и другой момент, который связан с экстериоризацией символа, – когда он, созданный в индивидуальной психической реальности, становится видимым для Другого человека. (Я пишу *Другого* с большой буквы, чтобы подчеркнуть значимость этого события). Родное творение, символ, становится чуждым, но одновременно происходит и другое. Так задается ситуация, когда знак (чужое творение) может стать своим, близким для кого-то, человек может (потенциально) узнать себя в этом чужом творении и тем самым породить смысл, соответствующий этому чужому символу, который превратился для него в «Я»-знак.

Эта возможность взаимопревращения символа в знак, знака в «Я»-знак мне кажется одной из самых таинственных сторон психической жизни, понимание которой естественно для живого человека как возможность соответствовать всему миру, в том числе и самому себе. Этот таинственный процесс давно называют идентификацией. Все ученые, кто пытался анализировать его, находили источник этого процесса в разных структурах психической реальности. Я не ставлю своей задачей дать обзор всех точек зрения, существующих по этому вопросу. В данном случае важно, что «Я» человека обладает качеством, благодаря которому возможен этот процесс. Быть идентифицированным, быть проявленным, узнанным, обозначенным – это свойство живого «Я».

Такая позиция позволяет оперировать с символами, созданными *Другими* людьми, как с воплощением в них этого качества «Я».

Содержание символа круга, как оно представлено в истории культуры, отражает процесс идентификации «Я» и его обусловленность проявлениями вечности. Этому посвящена «Энциклопедия символов» Г. Бидермана (4), о которой я уже упоминала.

Бидерман, в частности, пишет о том, что форма круга задается внешним видом Солнца и Луны, а в мистических системах Бог истолковывался как круг с вездесущим центром,

что доказывало невозможность для человека постичь такие понятия, как «Вечность», «Бесконечность», «Абсолют».

У круга, как известно, нет ни начала, ни конца, ни направления, ни ориентировки, что соответствует и образу неба и всего духовного.

Круг может стать колесом, и тогда это уже символ движения и изменения, что противоположно неизменности круга.

Круг в виде змеи, кусающей себя за хвост, является символом вечности (например, в Египте).

В учениях магии круг выполняет роль ограждения от злых духов.

Круг – это символ Бога и Неба, в противоположность квадрату, символизирующему Землю и Человека.

Это только малая часть тех сведений, которыми переполнена история существования круга как индивидуального символа, ставшего знаком, становящегося знаком или «Я»-знаком в истории людей или одного человека.

Современная психология в лице психогеометрии использует символ круга для фиксации типа личности, то есть для фиксации относительно устойчивых качеств психической реальности людей, которые могут идентифицировать свое «Я» с кругом. Человек-Круг становится идеальной моделью в классификации типов личностей (одна из задач, которую может решать и решает практическая психология). Кроме этой идеальной модели в психографике используют также модели Человека-Квадрата, Прямоугольника, Треугольника, Зигзага. Построение и использование любой типологии – это дело вкуса и научных ориентиров психолога.

В данном случае для меня существенно важно, что круг как графическая модель несет обобщение, и его можно выделить на основе «Я»-усилий человека и использовать для конкретизации в его психической реальности в виде «Я»-знака.

При использовании круга как графического средства, способного стать «Я»-знаком, была возможность показать человеку следующие особенности строения его психической реальности как целостного предмета:

– размеры психологического пространства (через величину круга);

– происхождение «Я» и его активности (понятие данности через построение круга);

– варианты изменения под влиянием разных сил (внешние факторы, деформирующие круг, и внутренние факторы);

– качество границ «Я» (сопротивление и его варианты);

– качество «Я» (варианты структурирования, обозначение

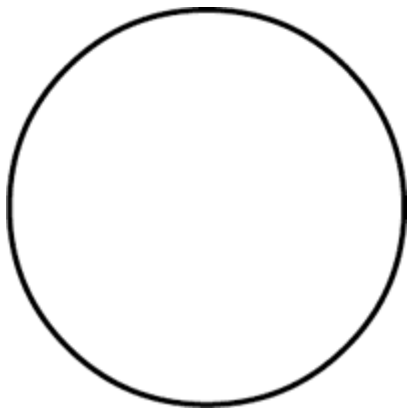
структурирующих сил).

Графические модели создавались в ходе интервью, как фиксация психологической информации, которую сообщал человек о своем «Я», это были рисунки самого психолога карандашом на стандартной бумаге белого цвета (А4) или самостоятельные рисунки человека, обратившегося за помощью (редкий вариант).

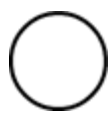
Конкретные примеры:

Женщина, переживающая развод после многолетней семейной жизни, говорит о себе: «Мне так страшно, я стала бояться всего, не хочу никого видеть, не хочу ни с кем говорить…»

Пространство ее жизни, бывшее таким



стало



Изображение изменений в психологическом пространстве в виде этой простой модели это уже начало движения к обсуждению задачи этой женщины. Ее можно сформулировать так: «Научиться жить в изменившемся пространстве или расширить его?» В данном конкретном случае женщина выбрала первый вариант, одновременно заверив и себя, и психолога, что со временем она обязательно «увеличит жизненный круг».

Пример обозначения происхождения «Я» с помощью круга

При консультировании девочки-подростка возникает необходимость обозначить ее отношение к себе (в классе новая мода – похудение, консультируемая девочка уже довела себя до истощения).

Разными способами изображаю для нее круги одного и того же размера. Сопровождаю это словами о том, что все люди видят тебя, существующую в единственной и неповторимой форме, разными способами. Говорю о том, что есть способы, каким ее видят другие люди, говорю о том, что ее можно видеть, потому что она есть, что она существует, она присутствует для других. Говорю о том, что этими способами можно видеть и других людей. Рисую теми же способами круги других размеров, обозначая каждым кругом какого-то человека. Так вводим в наше общение тему заботы о сохранении целостности «Я», о том, как и почему ее надо проявлять. Рисование, которым сопровождалось введение темы, выполнило свою роль фиксации знака, ставшего, как показало дальнейшее общение, «Я»-знаком. Результатом этого стало то, что девочка сама охотно использовала его в дальнейшем для описания своего меняющегося самоотношения.

Примером использования круга для проявления возможностей изменения свойств психической реальности может быть сюжет из консультирования родителей по поводу школьных трудностей ребенка первого класса, которые полагали, что внешнее воздействие имеет решающее значение для изменения его школьной успешности. Предварительное обследование ребенка показало предельно низкий уровень его готовности к школьному обучению и наличие минимальных мозговых дисфункций. Для прояснения стратегии помощи ребенку использовались графические модели. Они были предназначены для демонстрации закономерностей изменения параметров психической реальности. Это выглядело так:

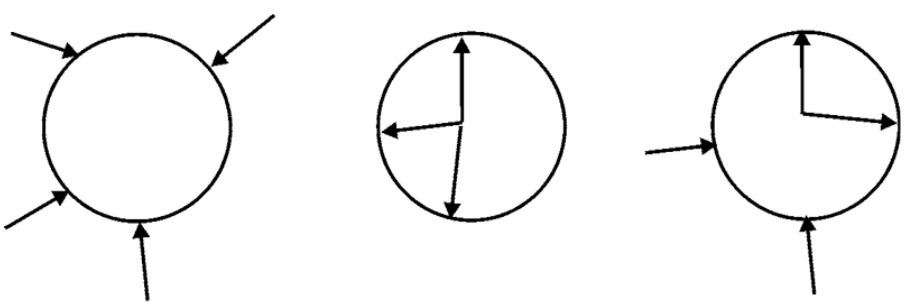


Рисунок 1.

Кругом фиксировалась психическая реальность ребенка как целостность, говорилось о ее целостности и наличии границ (рис. 1а).

Стрелками было показано внешнее воздействие, которое естественно встречает сопротивление, так как есть границы.

На рис. 1б показано наличие внутренних сил, которые удерживают целостность психической реальности и способствуют проявлению ее естественных качеств.

На рис. 1в было показано возможное соотношение внешних и внутренних сил, при этом обсуждался вопрос о их соответствии, чтобы не было нарушено естественное строение психической реальности.

Мне думается, что интервью с родителями, когда они сами пришли к пониманию необходимости пересмотреть свои завышенные требования к ребенку, можно было считать продуктивным, роль графического знака представляется существенной, так как он помог осознать ситуацию как ситуацию неравенства приложения сил для проявления качеств психической реальности, способствующих школьной успешности.

Примеры демонстрации качества границ психической реальности встречаются в практике в большом числе и разнообразии, так как проблема сопротивления, проблема открытости – закрытости к воздействию других людей и самовоздействию является постоянно актуальной.

Существование выраженных границ, закрытости, высокой степени сопротивления качеств психической реальности внешнему воздействию показывает рис. 2а.

Факт существования различных видов защиты как вариантов сопротивления поясняет рис. 2б.

Существование замкнутого психологического пространства со слабыми, неустойчивыми границами позволяет показать рис. 2 в.

Разрушение границ, появление проницаемости, открытости, которые связаны с нарушением целостности психической реальности, что может сопровождаться болью, особенно, если границы были достаточно выраженными отражено на рис. 2 г.

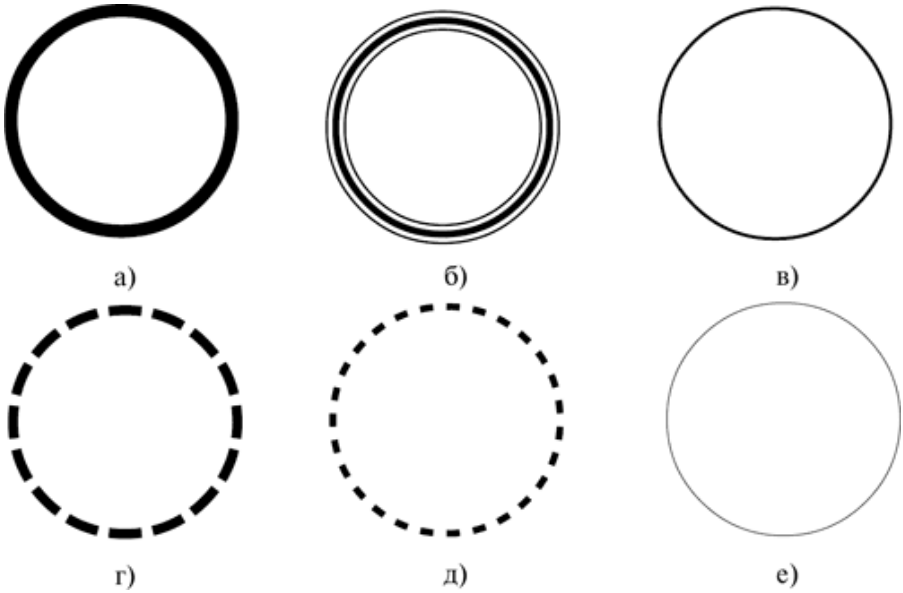


Рисунок 2.

Проницаемость границ как способность к принятию воздействия, может быть естественным свойством целостности психической реальности. Это показано на рис. 2д.

Возможность исчезновения (умирания) психической реальности как целостного образования показывает рис. 2е.

Простота демонстрации каждого из свойств психической реальности как целостного предмета на материале круга, близость его как формы экзистенциальным переживаниям человека часто дают значительный толчок для обновления формообразования в психической реальности человека. Многочисленные примеры этого можно наблюдать на разных этапах интервью, когда эта графическая модель используется для создания «Я»-знака.

Действие замещения, которое вместе с психологом производит человек, используя этот знак, становится формообразующим в его психической реальности.

Это можно наблюдать и при обсуждении с человеком качеств его «Я» как содержания психической реальности. В графической форме круга это выглядит как его содержание. Оно может нести разную информационную нагрузку и позволяет обсуждать вопросы структурированности, степени ее жесткости как способности к изменению под влиянием различных факторов. Можно использовать рисунки (см. рис. 3).

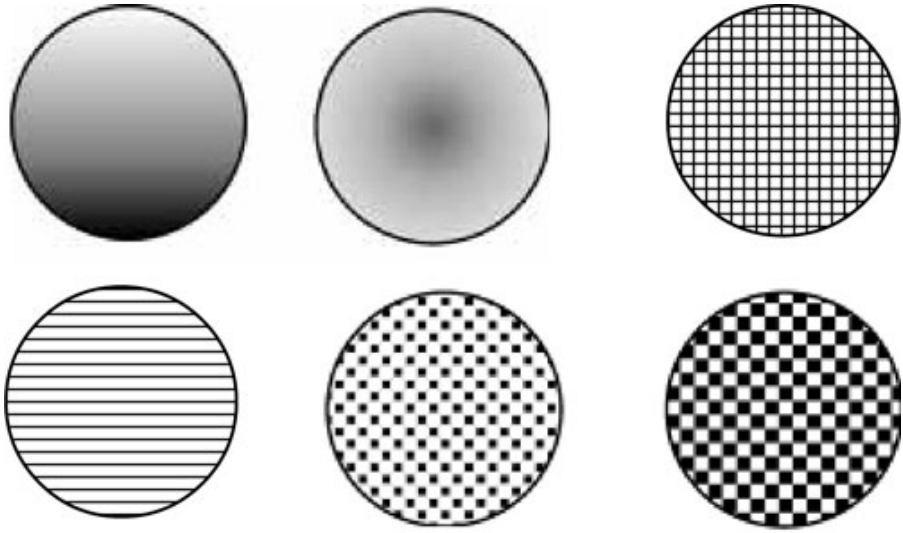


Рисунок 3.

В принципе, можно применять неограниченное число вариантов структуры для демонстрации ее качеств как проявление особенностей структуры психической реальности.

Приведенные варианты позволяют демонстрировать различную степень жесткости организации психической реальности, возможность наличия в ней структур разной степени завершенности и функциональные отношения между ними.

Такая задача возникает очень часто, когда человек затрудняется в осуществлении трансцендентальной позиции по отношению к своей психической реальности. Тогда можно в совместной деятельности с ним создать тот круг с той структурой, которая больше всего отвечает его представлению о ее качестве.

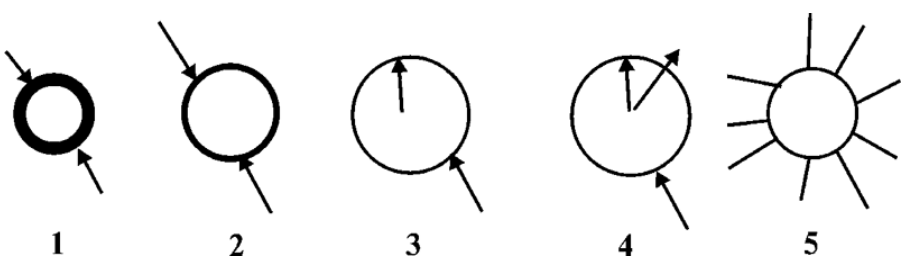
Созданные в консультировании «Я»-знаки являются своеобразным групповым портретом психолога и другого человека, по которому можно восстановить ситуацию его появления. Возможно поэтому многие люди проявляют инициативу в деле сохранения графических моделей (хотят взять эти изображения на память).

Это небольшая часть опыта использования графики в процессе консультирования, если она покажется обоснованно целесообразной, любой психолог может построить свои собственные модели, используя для этого любую графическую (или какую-то иную) форму.

Опыт наблюдения за людьми, использующими круг как форму «Я»-знака, позволяет мне утверждать, что это ситуация,

не противоречащая ценностным жизненным установкам человека. Она становится для него естественным способом сообщения новой для себя информации, которую он использует в смыслообразовании. Экстериоризация переживаний целостности своей жизни, осознание перспектив ее изменения с помощью графического образа круга создают для человека возможность построения желательной модели собственной жизни как целостности, то есть работа с графическим образом становится формой самовоздействия. При этом происходит работа по проектированию возможных переживаний целостности своей жизни. Актуальность такой работы в ситуации психологического консультирования является бесспорной, и ее можно рассматривать как один из возможных ее результатов.

Думаю, что показательным в этом отношении будет пример преобразований, которые самостоятельно осуществила женщина, переживающая жизненный стресс в связи с выходом на пенсию по болезни. Ее первоначальный «Я»-знак отражал переживание резко уменьшившегося жизненного пространства с жесткими, непроницаемыми границами. На эти границы оказывает воздействие внешняя ситуация, которой «бесполезно сопротивляться». В ходе интервью, где рисование первоначального «Я»-знака было стимулировано психологом, женщина, строя свой текст, изменяла «Я»-знак самостоятельно. Думаю, что трансформация «Я»-знака может быть интересна для читателя.



При рисовании круга она сама строила текст и интерпретировала появление каждой новой детали круга при его превращении в солнце как возможный новый образ ее жизни.

Надо отметить, что солнце как желаемый символ жизни часто возникает в преобразованиях начального образа круга, когда в ситуации интервью круг используется как «Я»-знак.

Целесообразность самоинтерпретации преобразований круга как «Я»-знака можно, по-моему, видеть в том, что в это время текст взаимодействия с психологом приобретает новое качество –

в нем восстанавливается диалогичность «Я» с «Я» у человека, переживающего жизненный стресс. В тексте появляются суждения рефлексивного типа: «Я понимаю, что я могу»… «Теперь я вижу, что есть основания сказать себе»… «Для меня стало более ясно»… «Это заставляет думать»… и т. п.

Естественно, что психолог, вводя круг как форму «Я»-знака, пользуется словесным описанием его качеств, которые характеризуют изображение как целостный предмет (открытость – закрытость; плотность – прозрачность; жесткость структур – гибкость структур; связанность элементов – разрозненность или разобщенность элементов и т. п.). Кроме того, при описании целостности предмета и интерпретации его свойств обязательно используются действия – возникновение (рождение), изменение, преобразование, сопротивление, давление, увеличение, уменьшение и т. п.

Качества, которые можно использовать при описании круга, могут соответствовать содержанию качеств в типологии личности, которой пользуется психолог в своей работе. Практически любая типология содержит качества, аналогичные или соответствующие перечисленным выше. Достаточно, например, упомянуть, что о свойствах и степени сопротивляемости говорит в своей типологии А. Ф. Лазурский, Шелдон описывает качества закрытости – открытости, их аналоги есть и в понятии экстраверсии – интроверсии К. Юнга.

Содержание действий при интерпретации «Я»-знака обосновывается наличием «Я»-активности человека, его «Я»-усилий. Их описание психолог может выделить из текста и контекста, который строит человек, переживающий жизненный стресс. Например, женщина, чьи преобразования круга мы уже видели, строила такой текст: «Я долго думала, стоит ли идти к психологу, это как-то необычно. Но мне врач посоветовала, она сказала, что мое давление зависит от меня самой, что мне надо в себе разобраться. Правда, что у вас прием анонимный, никто не спрашивает адрес, фамилию? Это вы правильно сделали – человеку надо так много сказать о себе, не всегда хочется, чтобы тебя на улице узнавали. Я не люблю о себе говорить, мне нечего интересного рассказать – в моей жизни нет никаких особенных событий. Можно сказать, что никакой жизни нет. Вы спрашивайте, что я должна говорить… Мне бы многое хотелось от вас услышать. Вы верите в гороскопы? А в судьбу? Я верю, что есть сила, которая определяет нашу жизнь. Вот ведь правда, что счастливым надо родиться? Я так хотела быть счастливой. Всегда мечтала о чем-то, что может прийти как чудо, а жизнь оказалась жестокой. Никакие мечты не осуществились –

крутилась, как белка в колесе, а теперь никому не нужна» (плачет).

Я хочу закончить этот раздел ее же словами: «Мы так мало разговариваем друг с другом о самом главном, все какие-то дела, дела, а главное – оно другое, оно для каждого свое, только не надо об этом забывать… Самому не надо забывать, тогда и другие будут в тебе человека видеть».

4.2. Использование графики для проявления отношений людей

Слово «проявление» использовано здесь не случайно. Оно, думаю, поможет показать тот процесс осознания содержания отношений, который разворачивается в ситуации консультирования, когда для этого используются графические модели. Основным элементом этих моделей будет круг. Его индивидуальная интерпретация «строится» так, как об этом говорилось в предыдущем разделе.

Этот раздел посвящен описанию и демонстрации в виде моделей основных типов отношений, которые встречаются в практике консультирования людей, переживающих жизненный стресс. В нем представлены те типы отношений, которые чаще всего вербализируются людьми.

Естественно, что один человек может иметь множество разнообразных отношений с другими людьми, и, в принципе, эти отношения можно изобразить графически как сложную модель, включающую большое число элементов. Мы рассмотрим упрощенные модели, которые позволяют анализировать прежде всего существование относительно независимых друг от друга психических реальностей людей при их взаимодействии в пространстве и во времени. Это то содержание отношений, которое, по Л. С. Выготскому, порождает качества психической реальности взаимодействующих людей, если они объединены совместной деятельностью.

Прежде чем приступать к описанию и анализу отношений между людьми в ситуации консультирования, надо знать содержание их совместной деятельности как тот тип задач, которые решают люди совместно, это данность их жизни, позволяющая относиться к ней как к необходимому условию (чаще всего) восстановления логики индивидуальной жизни, так как она не может существовать в этих условиях.

Цель консультирования содержания отношений такая же, как при индивидуальном консультировании – восстановление логики индивидуальной жизни человека, которая искажается в непродуктивных отношениях с другими людьми.

Практически при применении графических моделей присутствие других людей всегда приходится обозначать как давление извне на психическую реальность человека. Там, где необходимо результативно использовать анализ отношений с другим человеком или с людьми вообще, можно применить

схемы (о них мы поговорим позже). Все названия отношений и их графическая интерпретация появились в ходе практической работы с людьми. Можно сказать, что у каждой модели есть автор.

Прежде чем приступить к описанию отношений, мне хотелось бы напомнить почти очевидную истину – в психологии широко практикуется понятие отношений, но если попробовать определить это понятие как научное в соответствии с теми правилами определения понятия, которые есть в логике (любой), то можно оказаться в весьма затруднительном положении. Даже в словарях отношение определяется этим словом. Чтобы обозначить свою позицию в этом вопросе, я попробую сформулировать положения, позволяющие обосновывать существование отношений как качеств психической реальности.

Прежде всего должно существовать фиксированное различие качеств как внутри одного целостного предмета, так и на границе его целостности через наличие другого качества. Существование отношения – это уже факт проявления качества, качество уже осуществилось, оформилось (пусть на короткое время) как определенность. Качество дано. Особенность психической реальности состоит в том, что ее качества даны ей самой для самой себя, что делает ее самообосновывающейся – самой проявляющей для себя свои качества на основании ее собственной природы, ее собственной данности.

Отношение есть там, где есть взаимозависимость существования качеств в пространстве и времени жизни предмета, который обладает этими качествами.

Взаимозависимость может быть разной степени обусловленности: от нейтральной до обуславливающей, сохраняющей (пока есть отношения, есть качество, нет отношений – качество не проявляется, умирает).

Взаимозависимость осуществляется через позицию воздействия качеств друг на друга и их взаимодействие, что может быть представлено в виде средств и способов воздействия качеств друг на друга.

Средства и способы воздействия качеств друг на друга структурируют пространство и время их совместного бытия, сохраняя, разрушая или преобразуя качества в соответствии с их свойствами и силой воздействия на эти свойства.

Понятие силы воздействия позволяет, по-моему, дифференцировать такие важные понятия для описания динамики качеств психической реальности как социализация и идентификация. Социализация – адаптация к современной

человеку культуре, идентификация – постоянный диалог с относительно устойчивыми во времени свойствами своей психической реальности, можно сказать, что это адаптация к самому себе.

Сила социализации может быть такова, что человек потеряет свое «Я», причем не только в психической реальности, его могут просто убить, потому что он не такой, как кому-то нужно. Фактов этому в жизни и литературе больше, чем достаточно.

Сила идентификации тоже может быть такова, что это приведет к расщеплению «Я», то есть к его потере. Человек попадает в число несчастных людей, живущих не своей жизнью.

Сила внешнего воздействия и сила самовоздействия, источники которых мы сегодня плохо знаем, могут вызвать потерю качеств психической реальности. Думаю, что это очевидный факт и с ним нельзя не считаться в анализе отношений.

Сила воздействия, обоснование силы воздействия задается целостным представлением о человеческой жизни и ее назначении, которое позволяет фиксировать границы качеств психической реальности как проявление ее целостности.

Представление о целостной человеческой жизни во всей взаимообусловленности ее качеств существует как система идеальных образований, объединяющих различные общности людей – от их малой группы до человечества в целом.

В содержании отношений психолог и встречается с конкретизацией этих идеальных образований в индивидуальной жизни, где они представлены как переживания человеком своего собственного присутствия в своей собственной жизни и присутствия в его жизни других людей.

Рефлексия на содержание этих переживаний отражается в графических моделях, которые можно строить и анализировать в ситуации психологического консультирования.

Сам психолог тоже несет в своем сознании идеальную модель человека, она является для него основой его понимания содержания переживаний других людей.

Т. Йоманс пишет об этом так: «Высшее Я не имеет конкретного содержания, это источник света внутри нас, его энергии наполняют все измерения и аспекты нашего бытия. Оно может переживаться как нечто лежащее вне жизни и смерти, как принцип вечности и бесконечности, который наполняет смертную жизнь человека.

Однако нет никаких гарантий, что Высшее Я всегда будет выполнять свою роль организующего принципа. Человек может, как это ни печально, утратить контакт с ним.

Если это отчуждение от Высшего Я носит временный характер, личность осознает его как утрату и начинает искать способа изменить свою жизнь так, чтобы восстановить контакт со своим Высшим Я. Но во многих случаях силы внешних влияний (семьи, культуры, окружения) таковы, что это отчуждение наступает слишком рано и носит хронический характер. В этом случае человек не может его осознать и, испытывая боль и страдание, не может напрямую обратиться к их источнику. Это приводит к духовному истощению, которое пронизывает всю жизнь личности и переживается ее как «утрата души». (36, с. 161).

Потенциально можно использовать любую концепцию человеческой жизни, чтобы понимать и описывать, проявлять и фиксировать человеческие отношения. Выше я уже писала об анализе отношений, который рассматривал Э. Берн.

Предлагаемые далее схемы отношений фиксируют психическую реальность как целостность, как предмет, к которому можно и нужно проявлять отношение, чтобы она не потеряла, а приобрела соответствующие ей качества.

Способность человека к осуществлению трансцендентальной и рефлексивной позиции, необходимость такой позиции для восстановления логики индивидуальной жизни человека через опосредование ее новыми знаками были исходными данными для понимания того, что происходит с человеком, когда он строит графические модели и работает с ними, проявляя «Я»-усилия для построения «Я»-знаков.

Когда в психологическом консультировании обсуждается проблема отношений страдающего человека с другими людьми и используются графические модели для фиксации в пространстве этих отношений, происходят, по-моему, значительные и смыслообразующие преобразования. Их можно было бы описать так: в модели человек фиксирует наличие своей психической жизни как целостности (ее характеристики могут быть индивидуализированы в качестве изображения круга), наличие психической реальности других людей (или одного человека) и заполняет пространство между изображаемыми кругами интерпретацией отношений и их (возможным) графическим изображением.

Если человеку это трудно делать самому и он не инициирует эту ситуацию, то психолог может строить модель отношений сам, используя для интерпретации отношений тот текст, который произносили или произносит другой человек.

Инициирование ситуации изображения отношений в виде модели прослеживается в таких высказываниях другого человека:

– Об этом невозможно рассказать словами…;

– Нет такой книги, где об этом бы было написано;

– Это мука говорить об этом, никакими словами не выскажешь…;

– Я не могу говорить;

– Может быть, вы мне поможете, что я должна сказать…;

– Моему разуму это не подчиняется…;

– Я не понимаю, что происходит с ним…;

– Трудно говорить, я не психолог…;

– Меня никто не учил…;

– Надо бы посмотреть на это со стороны, я уже ничего не понимаю… и т. п.

В моей практике было несколько случаев, когда люди, готовясь к приему, зарисовывали в условно графической форме или сами письменно излагали то, что хотели сказать.

Надо отметить, что стремление к изобразительной деятельности появляется спонтанно у многих людей, переживающих жизненный стресс: «Захотелось рисовать», «Никогда не рисовала, а тут целый вечер пыталась что-то изобразить», «Такие стали картины рисоваться, что думала, я смогу их изобразить – так ярко все было и просто» и т. д.

Иногда в ситуации консультирования изображение отношений в виде кругов перерастает в рисование человеческих фигур или лиц.

Возникает то явление, которое А. Маслоу называл самотерапией. Это одно из проявлений смыслообразующих процессов в ситуации консультирования, возможность для человека (пусть минимально и несовершенно) осуществить трансцендентальную позицию.

Она отличается от рефлексивной тем, что позволяет преодолеть относительную замкнутость психической реальности страдающего человека. В рефлексивной позиции это сделать труднее, так как она ориентирована преимущественно на качества психической реальности самого человека.

Изменения, происходящие с людьми, когда они начинают работать, прилагая «Я»-усилия в трансцендентальной позиции, позволяют говорить о том, что появляется новая для них информация, преобразующая их переживания. «Я»-знак, которым становится ситуация консультирования, опосредует на качественно новом уровне отношение человека к своей жизни.

Мне думается, что уместно вспомнить слова В. Франкла о том, что «нельзя говорить о познании, если оно не имеет своим объектом нечто, трансцендирующее само человеческое бытие, трансцендирующее постольку, поскольку это бытие является

существенно *большим*, нежели простое выражение себя самого. Только лишь благодаря выходу человеческого бытия за пределы самого себя, благодаря его устремленности к объекту и лишь ценой того, что оно тем самым конституирует себя как субъект, познание является изначально возможным. Оно коренится в полярной структуре напряженного поля, существующего между полюсами объекта и субъекта, которые являются той предпосылкой, которая делает познание возможным. Одним словом, в этом напряженном поле заключены истоки всей *ноодинамики*». (42, с. 72).

Когда человек делает предметом отношения, предметом познания свою жизнь как целостность, он конституирует и себя как целостность. Этот процесс проявляется во множестве конкретных изменений, которые происходят с человеком, и в это время можно наблюдать изменения биодинамики, изменения интеллектуальной позиции, изменения в структуре текста. Они бывают очевидны и для самого человека, настолько новы и очевиды, что однажды в такой ситуации взрослый мужчина (они редко приходят на консультирование) спонтанно сказал об этом так: «Я и не подозревал, что я такой умный, может быть, я тоже могу быть психологом…»

Люди так редко в бытовой практике отношений анализируют их, вообще выделяют их как предмет мышления, что тот опыт, который приобретается в консультировании, оказывается смыслообразующим. Мне кажется, что это происходит отчасти за счет того, что появление в психической реальности человека новых знаков, работа с этими знаками активизируют все семантические уровни психической жизни, обращает человека к предельным категориям его бытия в мире и бытия мира как к содержанию его индивидуальной жизни.

Исходным (учебным) материалом для построения графических моделей могут служить рисунки 4 и 5.

На рисунке 4 показана возможность фиксации двух относительно независимых психических реальностей, которые объединены совместным бытием, но могут существовать относительно независимо друг от друга. («У каждого свой мир, своя планета, но все мы живем в космическом пространстве»).

Рисунок 5 отражает возможность показать встречу двух психических жизней как взаимопересечение (верхняя часть рисунка) или сближение (нижняя часть рисунка). Это позволяет говорить о том, как и почему происходят эти движения. Так возникает вопрос о взаимозависимости психических реальностей, о том, что ее можно изображать и анализировать.

Дальнейший ход работы с моделями – отображение в них

ситуации, являющейся актуальной для страдающего человека. Я приведу наиболее типичные ситуации, названия которых и содержание отражают процесс консультирования реальных людей. Рисунок 6 отражает процесс сближения, который никак не меняет качества психической реальности людей, его осуществляющих, но за счет движения способствует большему проявлению взаимодействующих целостностей. Целесообразно использовать на том этапе консультирования, когда осуществляется выработка альтернатив. Альтернатива этой модели интерпретируется так: «Вы можете оставить друг друга в покое, можете не стремиться переделать друг друга, нужно только быть чуть ближе, просто знать, что вы существуете друг для друга»… Реально эта модель была использована, например, при обсуждении ситуации, где мать в качестве наказания неделями не разговаривала со своим взрослым сыном. В этом конкретном случае суть решения задачи на проявление отношений состояла в том, чтобы эта женщина пережила необходимость осуществления собственной жизни как целостности, относительно независимой от жизни ее сына.

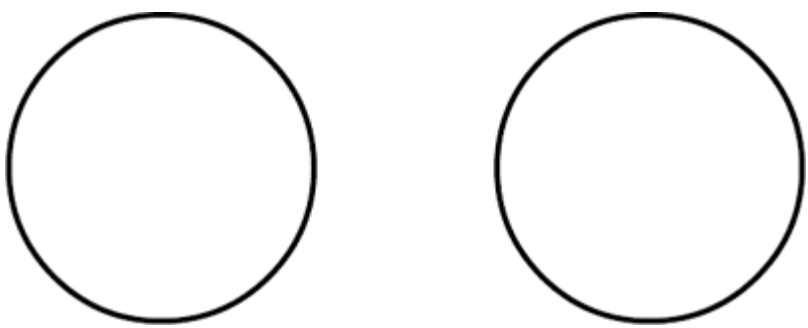


Рисунок 4.

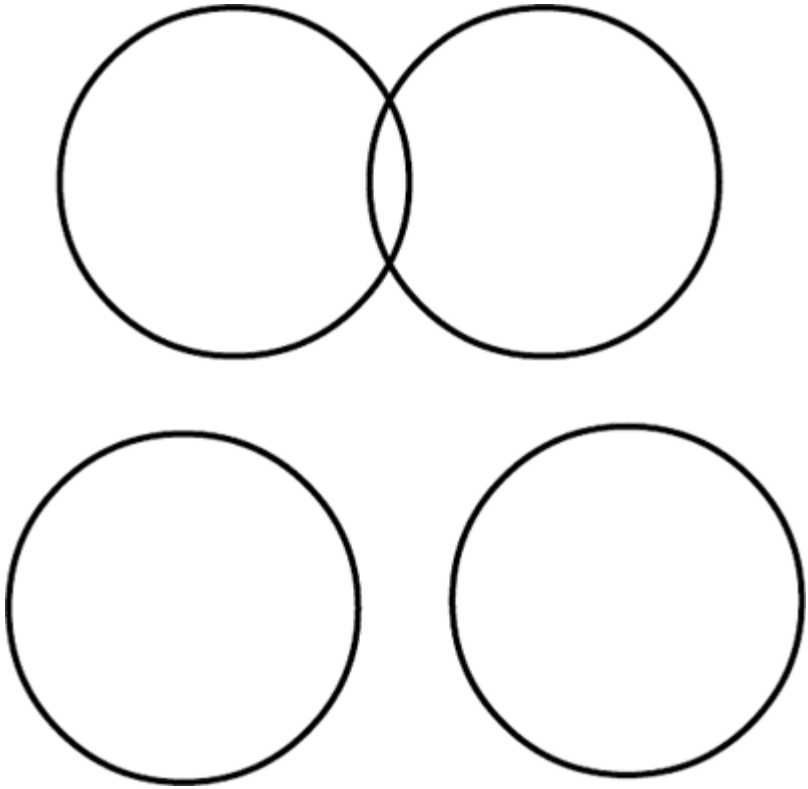


Рисунок 5.

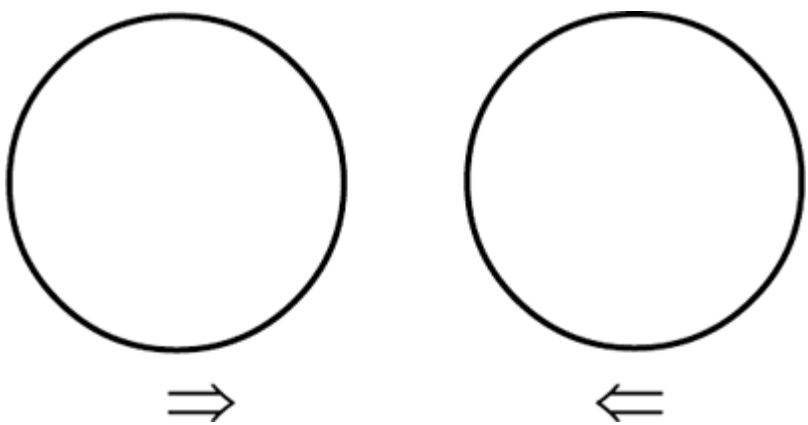


Рисунок 6.

Рисунок 7 отражает ситуацию взаимного проявления качеств психической жизни как целостности участников отношений. Необходимость построения такой модели возникает, в частности, при обсуждении вопроса о роли других людей в индивидуальной жизни человека. Это могут быть в жизни ребенка родители, это могут быть друзья, коллеги, незнакомые люди и т. п. Суть

модели в том, чтобы показать взаимообусловленность взаимодействия. Проявляется как целостность каждый из участников взаимодействия. Люди становятся существующими друг для друга, но для этого каждому необходимо свое пространство.

На модели это видно следующим образом:

– верхняя часть рисунка показывает движение навстречу друг другу незнакомых людей,

– средняя часть рисунка иллюстрирует их взаимодействие, где они проявляют качества друг друга,

– нижняя часть рисунка призвана показать, что проявленные целостности сохраняются тогда, когда для этого есть необходимое пространство.

В практике работы с людьми эта модель использовалась, например, для обсуждения ситуаций конфликтов, чтобы продемонстрировать их позитивные последствия как обозначение каждым человеком наличия целостности своей психической реальности, потребность для этого во взаимодействии с другим человеком и необходимость пространства для существования целостности. Эта модель сопровождалась в данном случае интерпретацией позитивных последствий конфликтов и возможность отношения к ним как к ситуации установления отношений с другим человеком. Целесообразным оказывалось и понятие психологической дистанции (как к другому человеку, так и к себе). В последнем варианте речь шла о необходимости такого отношения к себе, чтобы оно способствовало сохранению целостности своей психической реальности.

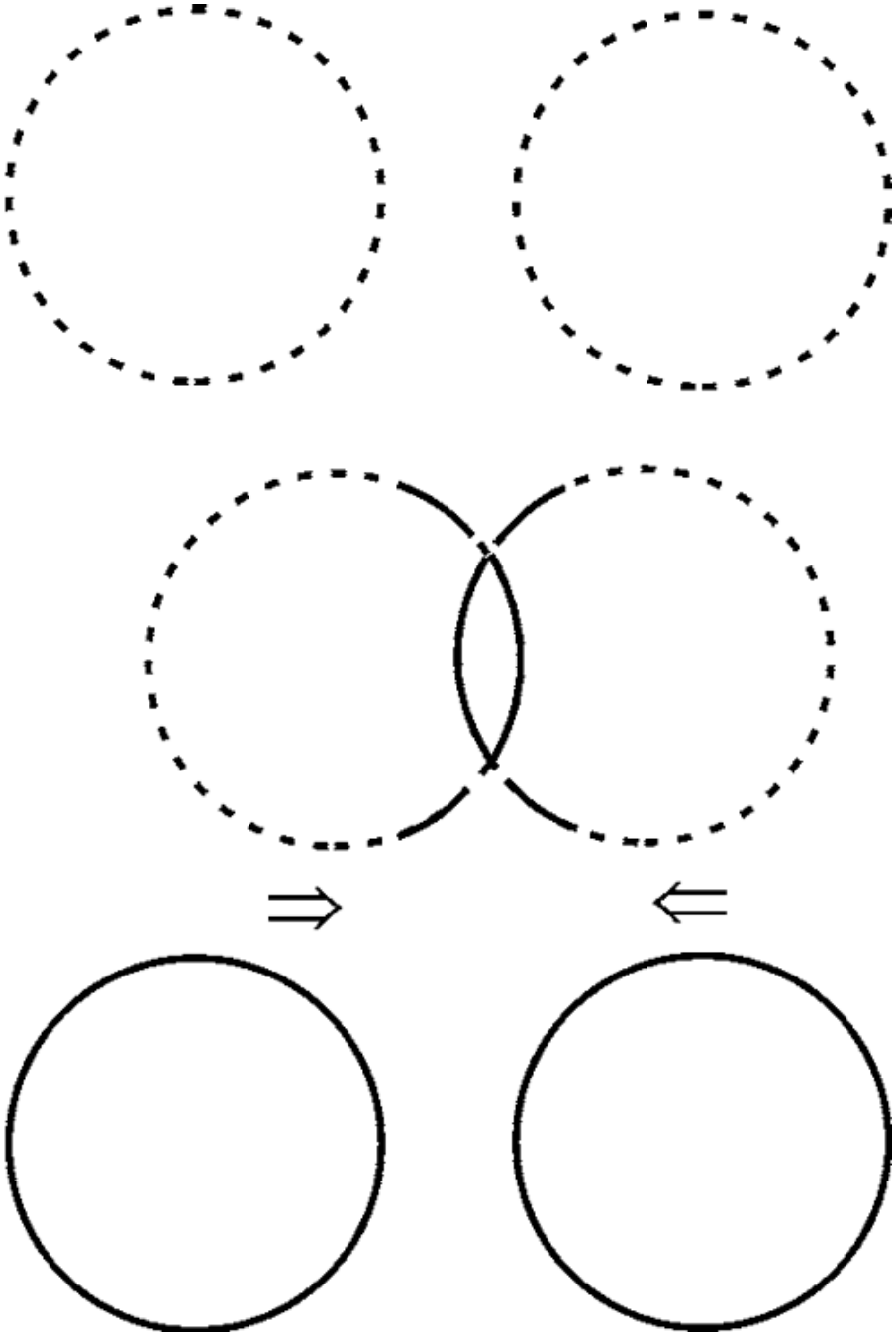


Рисунок 7.

Рисунок 8 отражает отношения поглощения. Верхняя часть рисунка показывает сближение людей, которое на средней части рисунка обозначено как взаимодействие, приводящее к тому поглощению, которое изображено на нижней части рисунка.

При этом обсуждается ситуация, известная как «жизнь чужим умом». Суть ее в том, что, присваивая чужое (идеи, вещи, место в жизни), человек не может их сделать своими. Они так и остаются для него чуждыми. (Нижняя правая часть рисунка – как наличие в круге инородного образования). При этом тот человек, у которого отняли, соответственно, идею, вещь или место в жизни, переживает это как боль, но не как потерю целостности своей психической реальности. На нижней левой части рисунка это изображено штрихом внутри целостности круга.

Ситуация поглощения более ущербна для того, кто поглотил, чем для того, кого поглощали. Ущербность измеряется нарушением целостного функционирования.

Примерами использования этой схемы могут быть ситуации, когда со взрослыми людьми обсуждались проблемы детства, возможность отнять у ребенка свойственную ему индивидуальность. Эти вопросы были актуальны, когда речь шла о готовности детей к школе, о необходимости пройти тестирование при поступлении в престижную школу, о подготовке к тестированию, которое принимает часто такие уродливые формы, что взрослые причиняют детям огромный ущерб своим стремлением отнять у них их естественное видение ситуации и заменить его правильным, соответствующим известной ситуации тестирования. Мне пришлось на практике общаться с девочкой, которую так болезненно подготовили к поступлению в гимназию, что при одном слове «психолог» она уже готова была правильно рисовать фигуру человека, совершенно не ориентируясь на ситуацию, в которой была на самом деле. (Была ситуация массового обследования детей по проблемам, абсолютно не связанным с готовностью к школе, и задание, которое я даже не успела сформулировать, никак не предполагало рисование фигуры человека.) О том, какой образ взрослого и какая степень психологической ущербности стоит за этим ребенком, я здесь обсуждать не буду. Очевидность факта сама несет в себе всевозможные интерпретации.

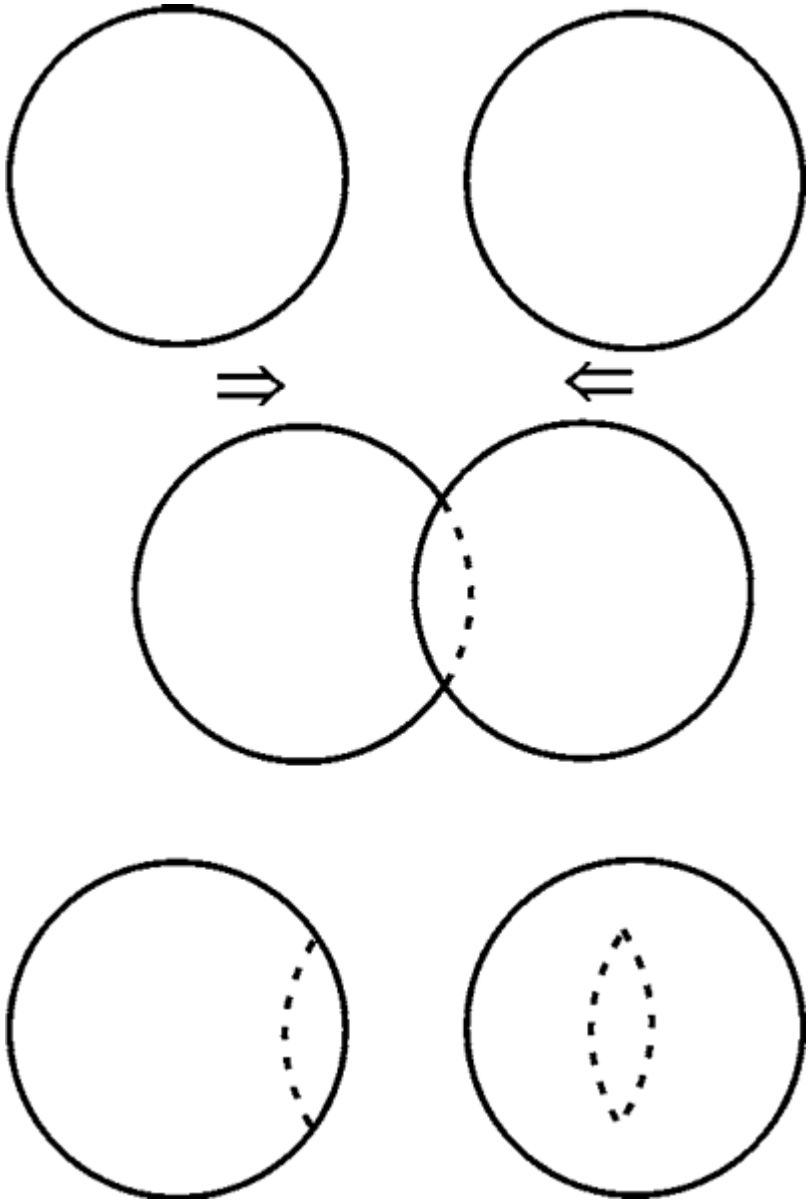


Рисунок 8.

Рисунок 9 иллюстрирует ситуацию взаимного уничтожения отношений в результате взаимодействия. Верхняя часть рисунка отражает присутствие людей друг для друга и движение навстречу, которое в средней части рисунка представлено как взаимодействие, заканчивающееся (нижняя часть рисунка) взаимным исчезновением, взаимным разрушением.

Это частая ситуация, которая в тексте людей отражается как тема непонимания, ситуация охлаждения чувств,

исчезновения приязни, интереса, смысла отношений, общности с другим человеком. Ее можно в общем назвать ситуацией возникшего (или возникающего) отчуждения.

Эта схема на первых этапах консультирования помогает человеку структурировать ситуацию его жизненных отношений и дает материал для выработки возможных альтернатив.

В результате таких отношений страдают все участники отношений, и часто с осознания этого факта начинается выработка альтернатив для восстановления отношений. Признание факта взаимной боли и фиксация его бывают инсайтом для человека, который погружен в свои страдания, вызванные воздействием другого человека. (Это относится как к отношениям со взрослыми детьми, которые «не понимают и не хотят понимать», так и к анализу сексуальных отношений в семье).

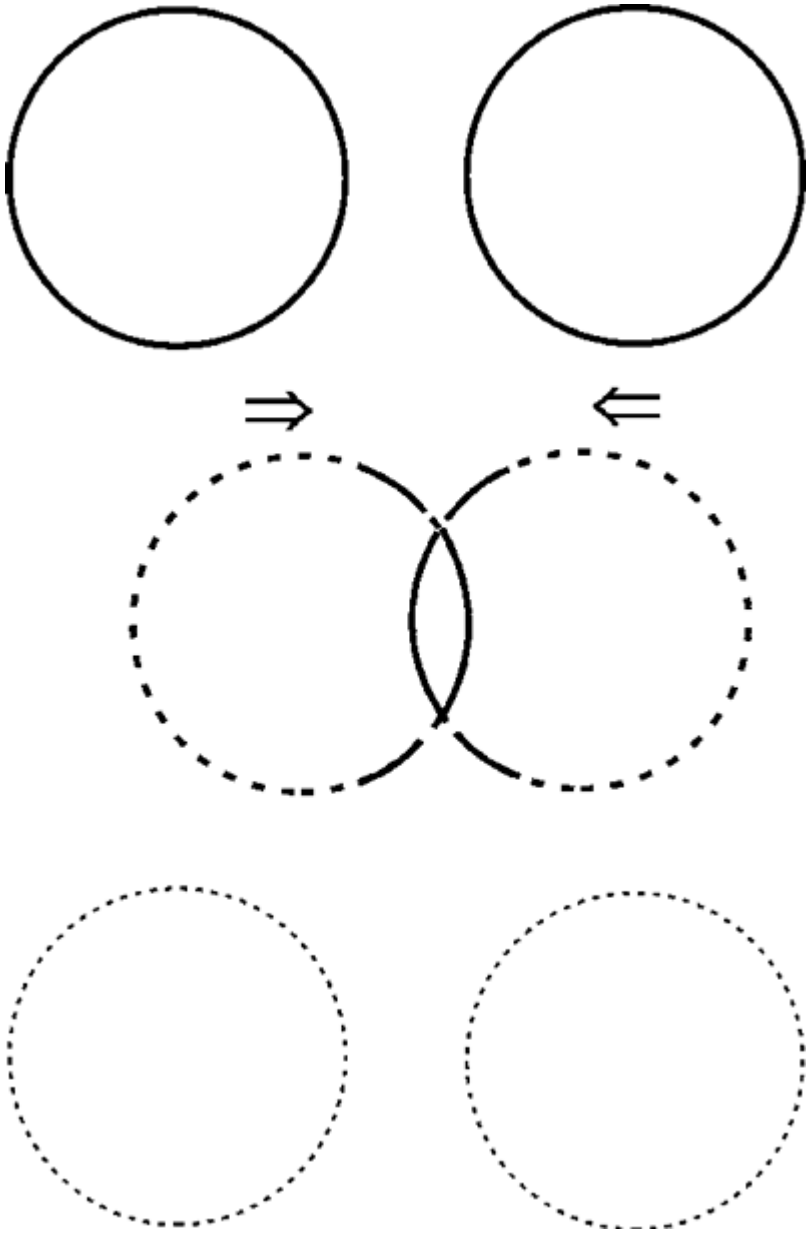


Рисунок 9.

Рисунок 10 показывает частичное присоединение или «прилипание» при его изображении и сопровождающей интерпретации и позволяет выявить одну из форм зависимостей, которые появляются от взаимодействия людей и обычно рефлексируются в переживании как навязчивое внимание другого человека («Лезет не в свое дело», «Житья от нее нет», «Все ей надо знать», «Она не понимает, что я уже взрослая» и т. п. или в другом

варианте: «Детей надо контролировать постоянно», «Надо знать, чем живет и о чем думает», «Она без меня не сможет», «Она такая беспомощная» и т. п.»). Одна из сторон чувствует постоянное присутствие другого человека в своей жизни, а вторая сторона стремится обосновать свое присутствие той идеей, той концепцией жизни, которую она может осуществить через силу своего воздействия.

В бытовом языке это отношение чаще всего транслируется в слове «привязаться», которое несет как негативное переживание, так и позитивное. (Эти эмоционально-оценочные аспекты отношений есть в любом их варианте). Случай, который мы рассматриваем сейчас, представляет собой вариант, когда привязанность становится формой индивидуальной жизни для каждого человека, они теряют в ней индивидуальность, заменяя переживаниями взаимоотношений ее присутствие. Приведу только одно высказывание девушки, которая рассказывает о своих отношениях с матерью: «Она меня никуда от себя не отпускает, она за меня постоянно боится. Ей в каждом телефонном звонке что-то страшное мерещится. Чуть задержусь или опоздаю, такие упреки начинаются, что я не могу вам их повторить… Вы же видите, какая я, все на меня внимание обращают, а ее это просто бесит. Я же не виновата, что такая родилась, да и похожа я на нее, если разобраться… Я уже думала уехать учиться в другой город. Что поднялось, стала упрекать в неблагодарности, в том, что я ее больную бросаю, что я плохая дочь… Я осталась учиться здесь, но это уже невыносимо…».

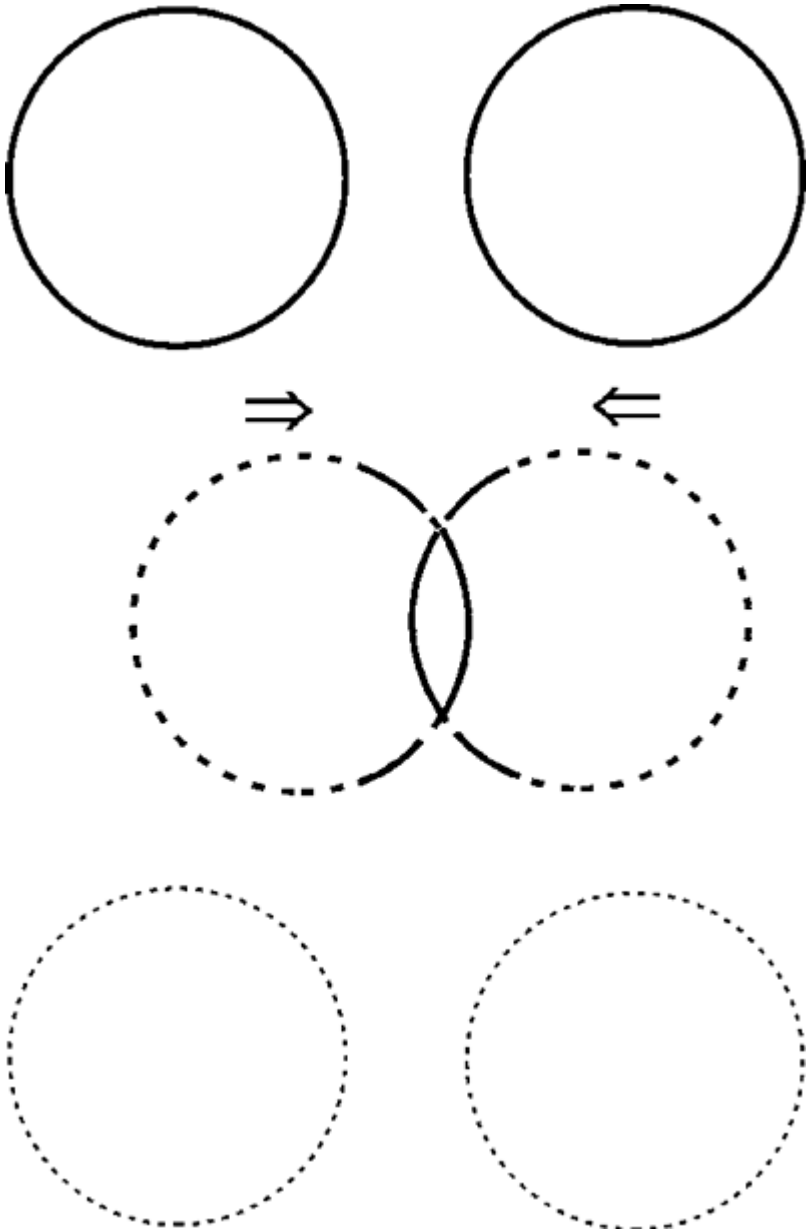


Рисунок 10.

Психологи хорошо знают, что от осознания отношений можно перейти к осуществлению «Я»-усилий по их преобразованию, если у человека есть для этого силы сохранять собственное «Я» целостным, если у него есть силы преодолеть сложившееся присоединение. Он ищет и должен найти силы в общении с психологом. Для психолога – это одна из профессиональных задач консультирования.

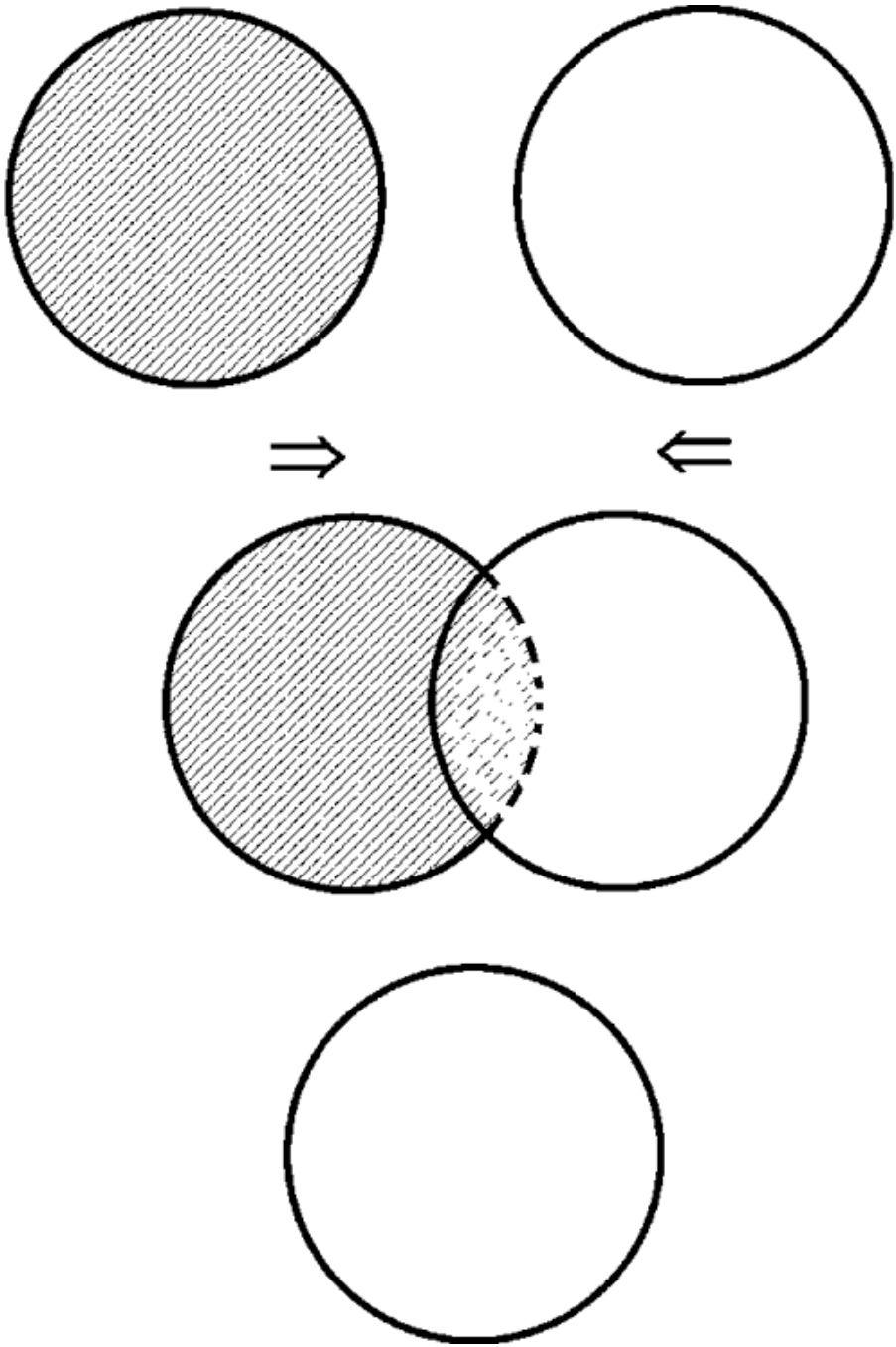


Рисунок 11.

Смысл рисунка 11 в изображении отношений уничтожения психической реальности как целостности одного из участников отношений. Верхняя часть рисунка фиксирует движение разных

психических реальностей навстречу друг другу, средняя часть рисунка показывает их взаимодействие, которое сопровождается разрушением одного из участников (левый круг) и заканчивается его уничтожением (в нижней части рисунка остается только один круг). В этой схеме показана ситуация, когда один человек перестает существовать для другого, перестает существовать не физически (хотя и это возможно как изменение пространственных отношений), а психологически. Такой рисунок позволяет показать человеку в ситуации консультирования возникновение одного из вариантов переживаний одиночества. Уничтожение часто связано с действиями игнорирования, избегания, высмеивания, открытого издевательства и разрушения. Все эти действия восстанавливаются при интерпретации отношений. Они становятся основой для выработки альтернатив при осознании содержания отношений. Можно привести много примеров из практики консультирования детей и взрослых, когда взрослые, буквально дышать не давали ребенку, определяя его поведение в каждом фрагменте консультирования. (Для организации совместной работы можно использовать составление, например, узора из мозаики, тогда мозаика отношений выстраивается очень наглядно и может быть зафиксирована в схеме.) Рисунок 12 наглядно отражает отношения разрушающего присоединения. Верхняя часть рисунка показывает движение объединения относительно независимых психических реальностей. В средней части рисунка показано их присоединение, которое в нижней части рисунка перерастает во взаиморазрушающее. Эти отношения очень часто можно наблюдать у алкоголиков, когда один человек индуцирует другого, разрушаясь сам и разрушая партнера по отношениям, но прекратить, прервать отношения они не могут. Эти отношения, построенные на присоединении своей жизни к жизни другого человека, могут быть обоснованы невозможностью чувствовать силы своей жизни без другого человека. Практика же осуществления этих отношений – взаимное разрушение людьми друг друга. О таких отношениях сами их участники говорят как о связанности судьбой на всю жизнь, как о жизненной целесообразности и не воспринимают их разрушающего влияния на свою жизнь. Эти отношения обычно наполнены большой эмоциональностью и создают полную иллюзию изменений, динамики, и их участники воспринимают ее как проявление «настоящей» жизни, которая «бьет ключом». Осознание содержания этих отношений требует от человека больших усилий, и если это происходит, то может оцениваться как существенный шаг на пути к их перестройке.

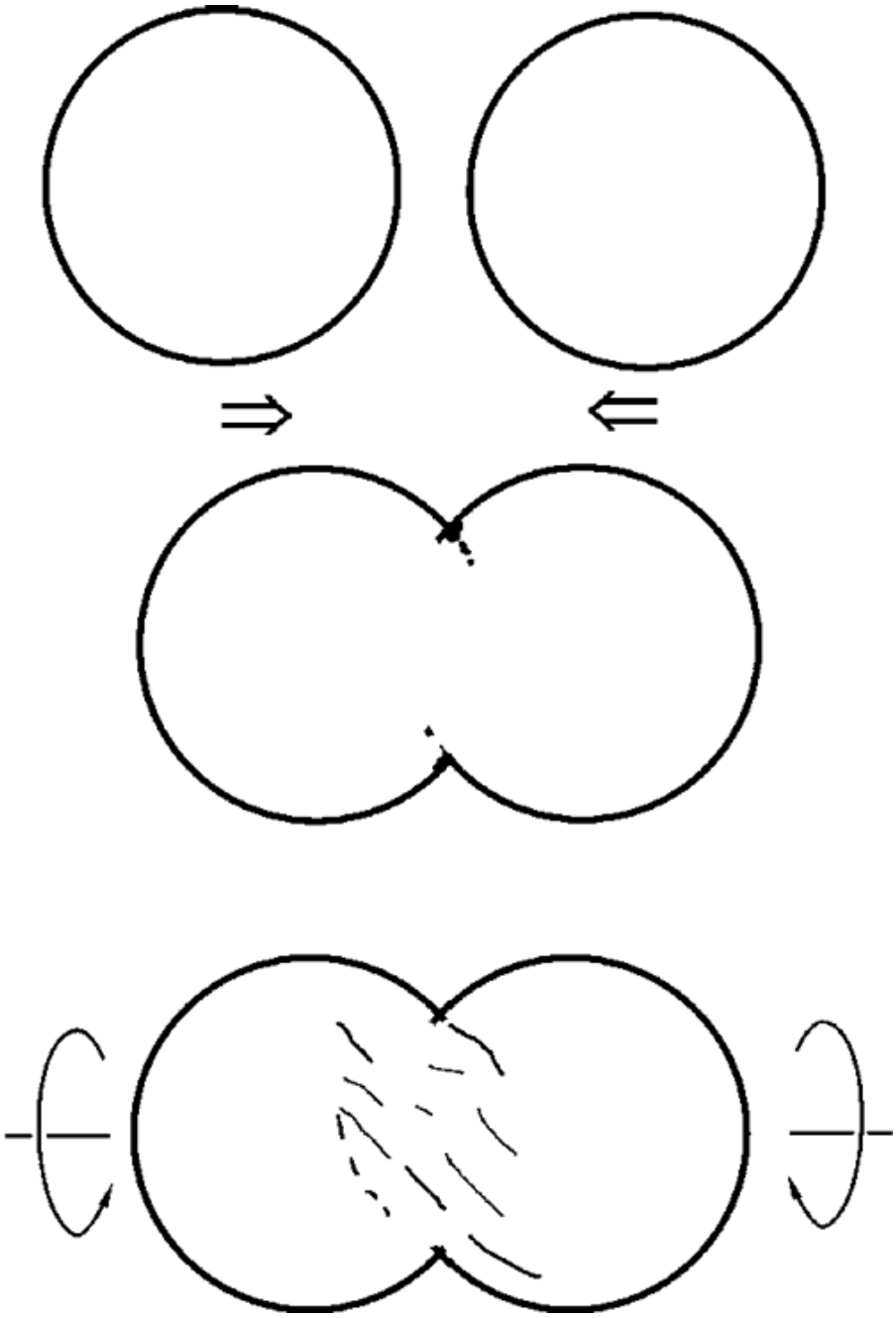


Рисунок 12.

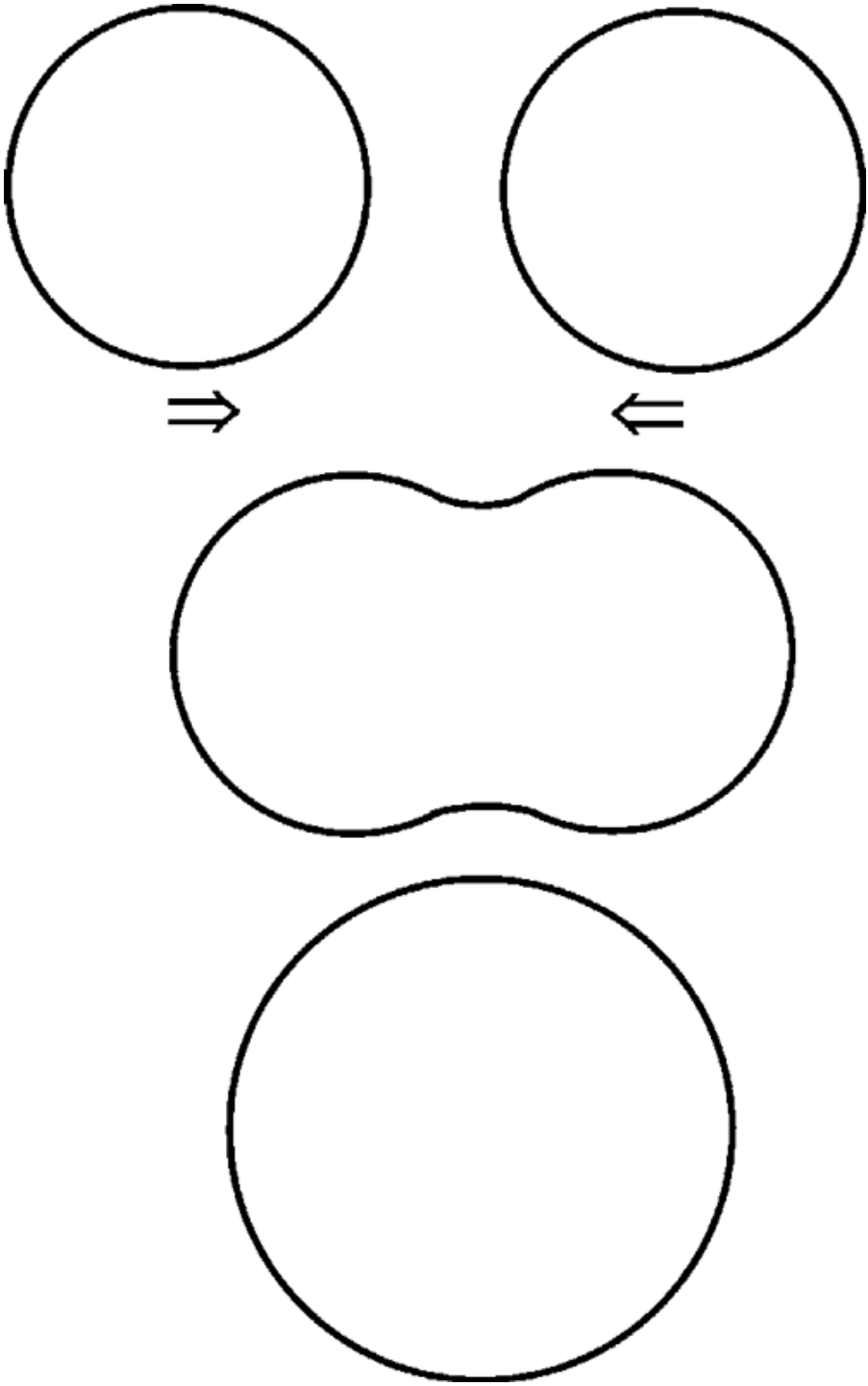


Рисунок 13.

Рисунок 13 помогает понять отношения, которые можно

назвать полным присоединением или слиянием. Динамика изображена как последовательное объединение двух независимых психических реальностей в единое целое: в верхней части рисунка это представлено как их движение навстречу друг другу, в средней части рисунка – процесс слияния, а в нижней части рисунка – общность, которая не имеет нового качества по отношению к исходной данности отношений. Переживание таких отношений обычно связано с их количественной оценкой («стало больше», «увеличилось», «возросло», «стало сильнее», «стало ярче» и т. п. Людей объединяют общие интересы, общее время и пространство, где они в другом человеке видят себя, а вместе переживают увеличение силы «Я», которое связано с тем, что в лице другого человека они нашли себя как бы экстериоризированного. Эти отношения бывают препятствием для решения человеком возрастных задач идентификации, особенно в зрелом возрасте, поэтому анализ их продуктивности представляется важным.

Рисунок 14 позволяет наглядно показать появление новых качеств психической реальности взаимодействующих людей, то, что связано с процессами структурирования как с появлением этих новых качеств.

Верхняя часть рисунка отражает движение взаимодействующих людей навстречу друг другу, что приводит к объединению (средняя часть рисунка), в котором появляются новые качества у каждого участника взаимодействия, и у них появляется необходимое им пространство для проявления приобретенных качеств.

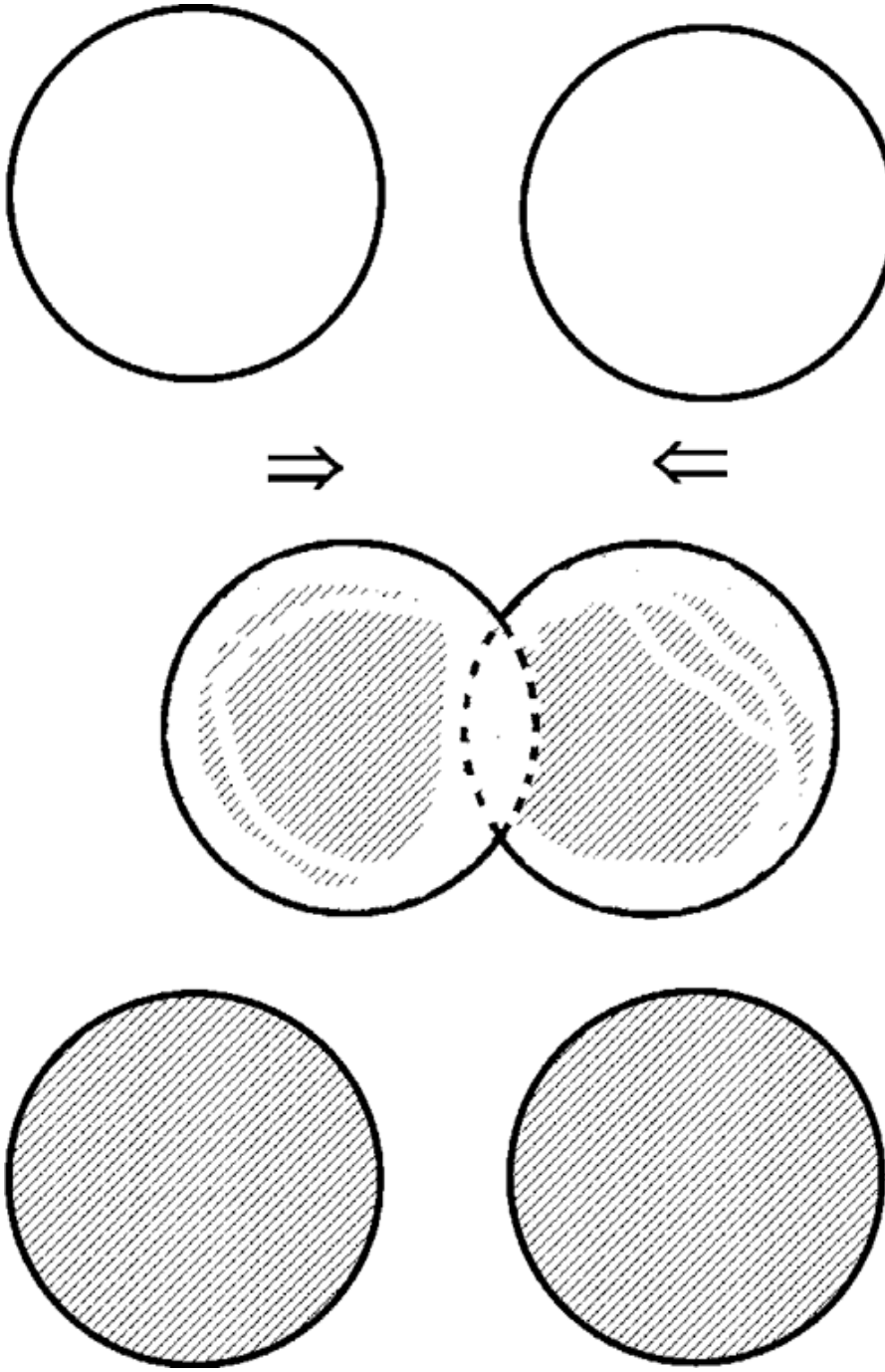


Рисунок 14.

В практике работы с людьми эта модель чаще всего нужна при выработке альтернатив, так как с ее помощью можно показать идеальную модель конструктивных отношений, которые

позволяют людям сохранять обновленный, но целостный их внутренний мир.

Рисунок 15 тоже одна из идеальных моделей, которая позволяет показать влияние одного человека на другого без разрушающего последствия для каждого участника отношений, о чем и говорилось при интерпретации этой модели. Эту ситуацию можно назвать ситуацией принятия, так как она приносит участникам взаимодействия переживание друг друга как целостности и при этом сохраняет их собственную целостность. О таких отношениях говорят, что они продуктивные, развивающие, что это отношения, где представлена целостность каждой жизни. В практике консультирования эта модель использовалась как идеальная. Она вызывала у людей разные реакции, наиболее типичные из них есть смысл проиллюстрировать:

– Да, возможно такое бывает, но редко, так как люди всегда хотят командовать;

– Как добиться таких отношений?;

– Я понимаю, что это рассуждение, в жизни всегда хочется хорошего…;

– Это надо знать всем, чтобы понимать, что делают друг с другом…;

– У нас, к сожалению, в семье не так… Я подчиняюсь всем…;

– О чем говорить, о равноправии, если есть деньги, то будет все – равноправие измеряется вкладом в семейную жизнь… и т. п.

Рисунок 16 применяется в разных вариантах для демонстрации отношений подчинения, связанных с подавлением (уменьшением) психической реальности одного человека, с присутствием разных форм присоединения, которые могут сочетаться с подчинением. Интерпретация этого изображения всегда включает некоторые количественные характеристики: уменьшается, сжимается, ослабевает и т. п. Эти характеристики относятся к обеим взаимодействующим сторонам и в зависимости от качества реальных отношений воспроизводятся при интерпретации. Обычно люди легко рефлексируют эти отношения и спонтанно воспроизводят их в своем словесном тексте. Психолог может только присоединиться к нему и дополнить своей интерпретацией и графическим изображением, чтобы обеспечить работу над альтернативами.

На рисунке 17 показан еще один вариант подчинения, но, думаю, есть смысл остановиться на этом отдельно, так как с помощью этого простого рисунка можно показать подавление как один из видов подчинения. При интерпретации этого рисунка

всегда используются силовые характеристики, само слово «подавление» (в отличие от «подчинения») не предполагает сотрудничества, выраженной обратной связи в отношениях. Усиление этого момента в интерпретации графической схемы, использование при этом реальных фактов из текста человека, который переживает эти отношения, часто приводят к эффекту катарсиса или инсайту, когда осознание происходит в новой форме и создает резкое движение в психической реальности человека.

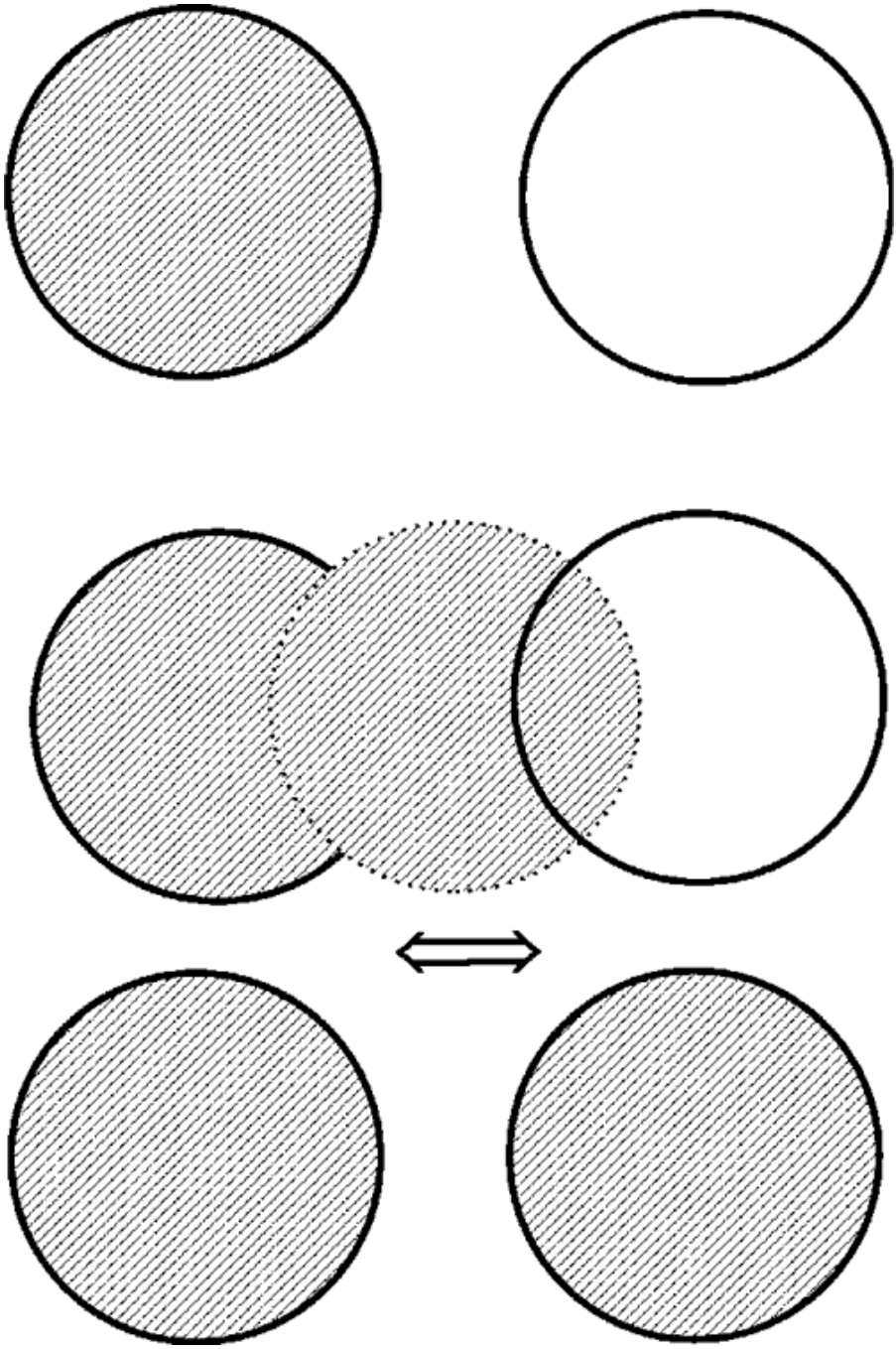


Рисунок 15.

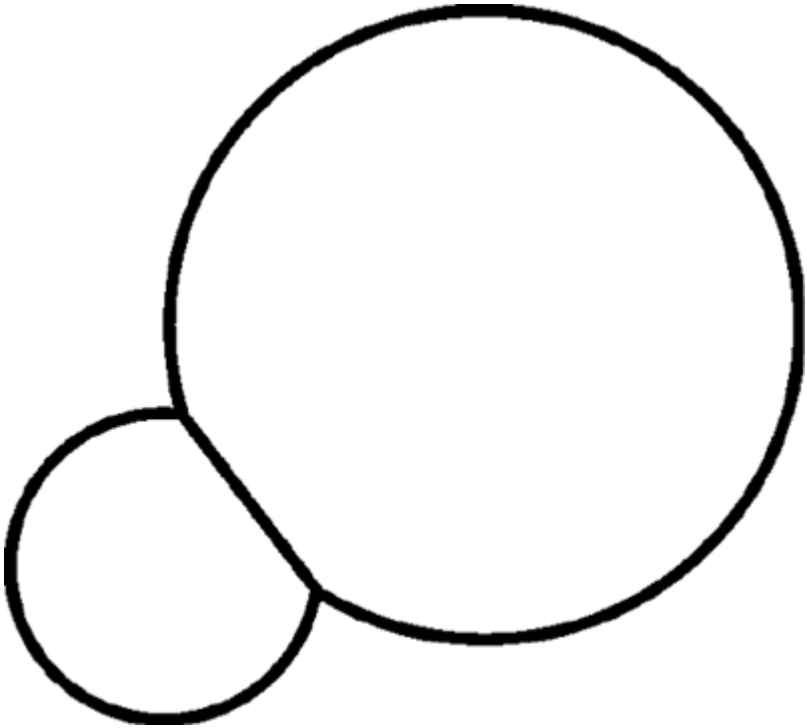


Рисунок 16.

Это уже путь к трансцендентальному анализу своей и чужой жизни и их взаимодействия.

Рисунок 18 позволяет показать отношения симбиоза. В левой части – полный симбиоз. В правой части – симбиоз по типу присоединения. По сути, это отношения полной взаимозависимости с потерей признаков автономности. Для индивидуальной жизни человека – это катастрофа, индивидуальной психической жизни лишаются все участники такого взаимодействия. Об этих отношениях много и подробно написано в психологической литературе, и их непродуктивность для жизни может быть подчеркнута любым количеством эпитетов.

Надо отметить, что отношения симбиоза редко воспринимаются его участниками как непродуктивные, они могут найти формы рационализации симбиотических отношений и воспринимать их как естественные. Обычно их несостоятельность начинает выступать как проблема только тогда, когда жизненная задача требует других отношений – автономности, ответственности, самостоятельной продуктивности, силы и тому подобных проявлений «Я» вместо «Мы». Работа по перестройке таких отношений чрезвычайно сложна и ожидает от их участников «Я»-усилий по выделению и сохранению автономности своей психической жизни, что,

как известно, связано с большим риском ответственности, который недаром называют грузом.

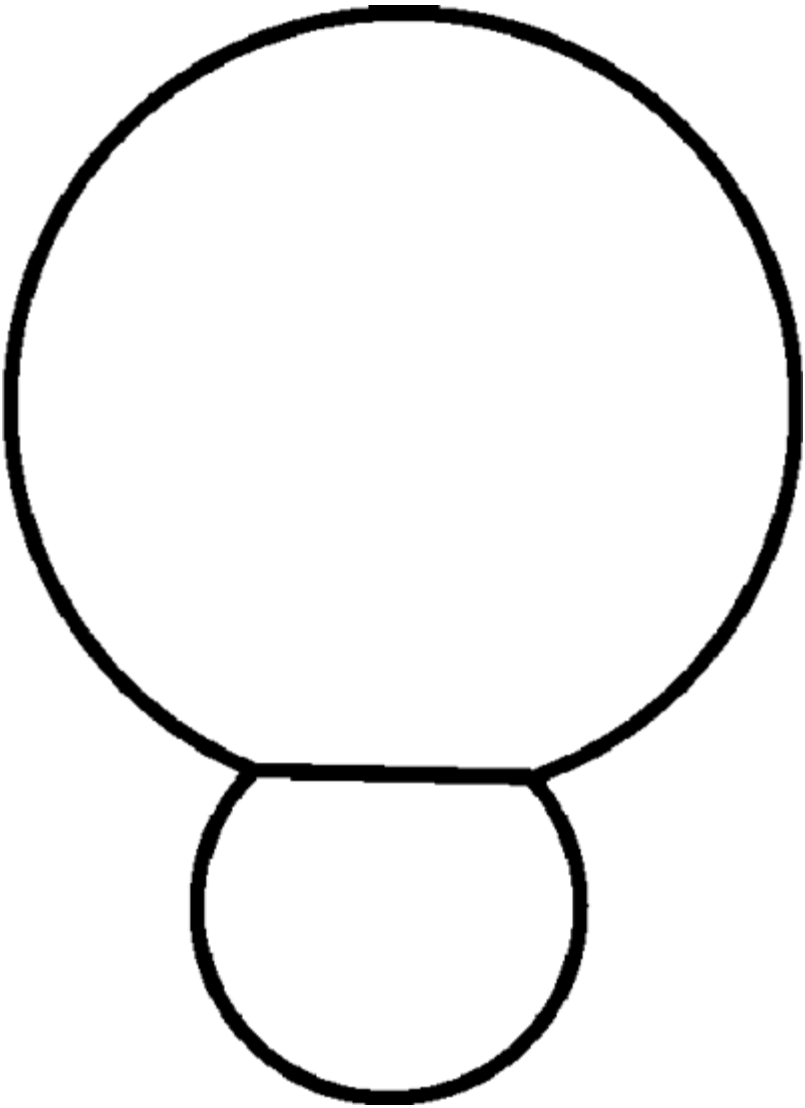
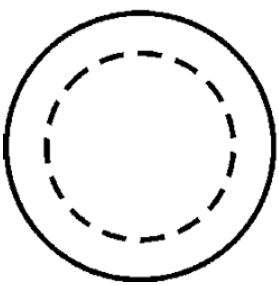


Рисунок 17.



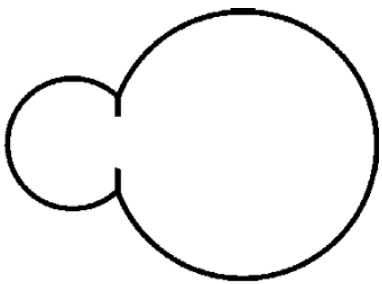


Рисунок 18.

Рисунок 19 показывает тот тип отношений, когда люди избегают друг друга, хотя они объединены общим временем и пространством. Суть изображения в том, чтобы с его помощью подчеркнуть особенности ситуации, когда люди перестают существовать друг для друга. Она может быть окрашена разными эмоциональными оттенками в зависимости от конкретных обстоятельств. Мне хотелось бы только напомнить о том, что в жизни есть плохие люди и стремление избежать этих людей – естественная реакция на их существование. Люди, которых избегают, перестают существовать не только для других, они могут перестать существовать сами для себя. В этом суть интерпретации таких отношений.

На рисунке 20 показано преобразование психических реальностей людей в процессе взаимодействия. Хотелось показать этим изображением, что каждый сохраняет свою индивидуальность, приобретает новые качества и этими своими новыми качествами может проявить в другом человеке тоже что-то новое. Логика этого отображена как движение от верхнего рисунка к нижнему. Сохранение обновленной целостности каждого участника взаимодействия – вот суть этого рисунка. Он оптимистичен и может рассматриваться как идеальная модель, где отношения развиваются, качества взаимодействующих проявляются все более полно, а общее время и пространство способствуют сохранению целостности психической реальности каждого человека, который может проявлять в ней «Я»-усилия по сохранению своей целостности.

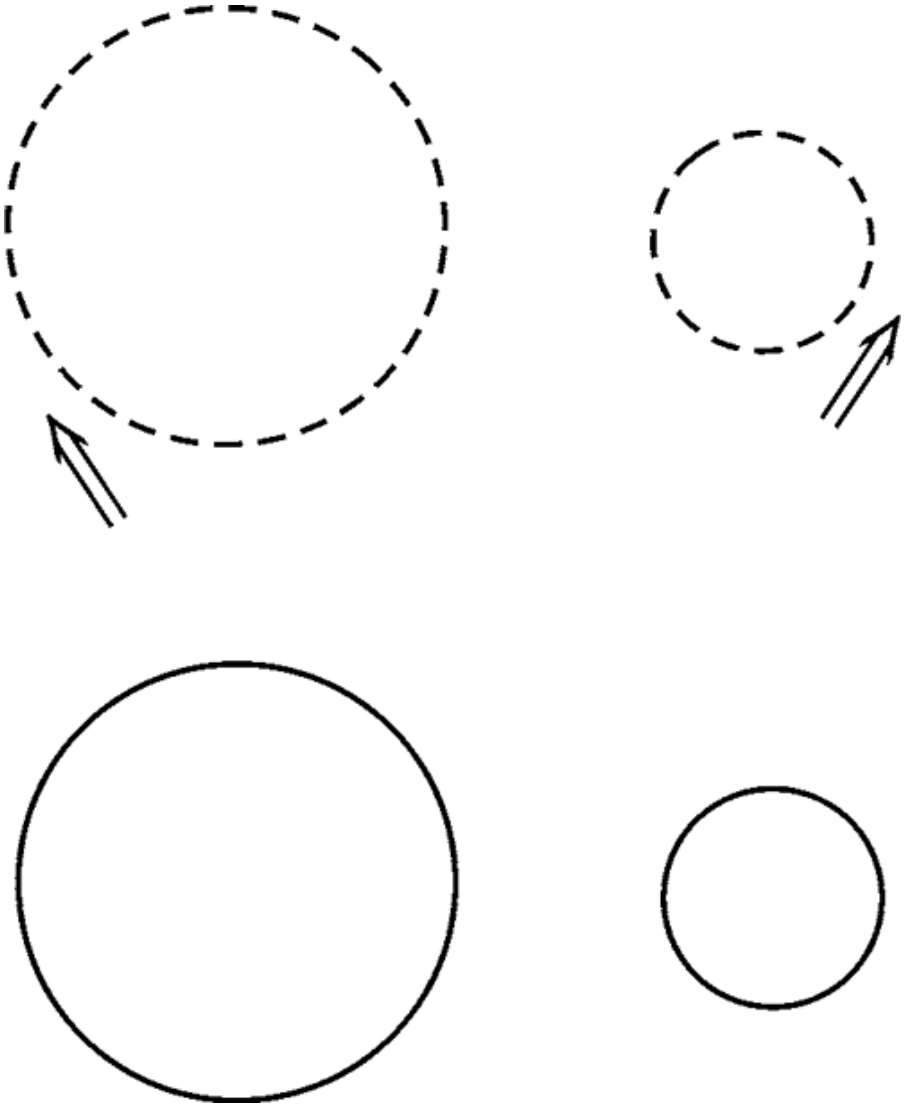


Рисунок 19.

Не думаю, что все типы отношений мне удалось выделить и описать, но возможность это сделать в графической форме, сопровождая ее словесной интерпретацией, где будут использоваться факты жизни человека, переживающего жизненный стресс, есть у любого, кто сочтет предлагаемые модели инструментом для построения «Я»-знака человеком, пытающимся осуществить трансцендентальную позицию по отношению к собственной жизни. Факты, которыми меня обогатила практика работы с людьми, показывают, что этот инструмент можно и нужно передавать людям как средство опосредования ими отношения к собственной жизни.

Доказательства ценности имеющихся у меня листочков бумаги с далеко не идеальными рисунками кругов, показывающих отношения и пробующих новые варианты отношений с близкими и такими далекими людьми, я могу оценить словами из лекции А. Р. Лурия, которые запомнила на всю жизнь: «Психолог может очень простыми инструментами, с помощью карандаша и бумаги, получить самую важную информацию о человеке».

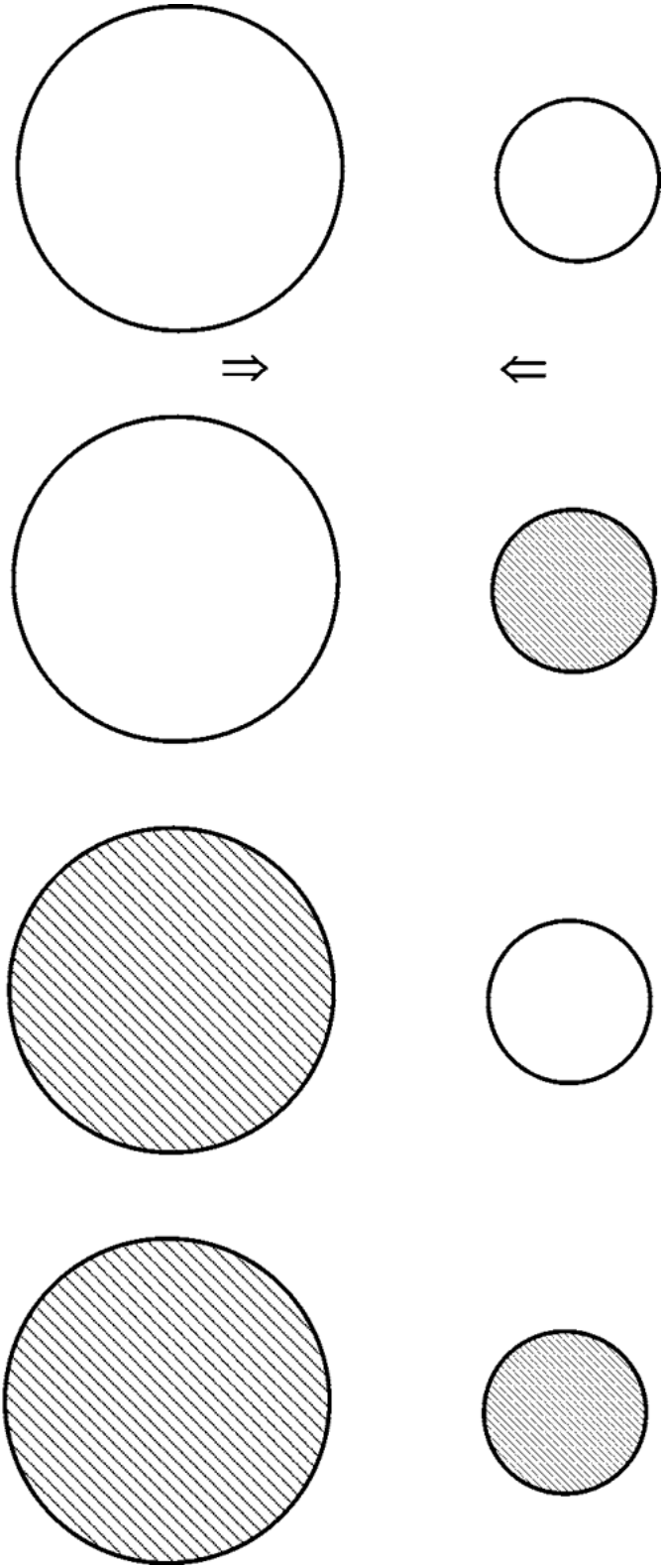


Рисунок 20.

4.3. Использование графики для анализа отношений людей в семье

Анализ семейных отношений с использованием различных моделей этих отношений широко применяется в семейной психотерапии.

В консультировании семьи, когда возникает задача анализа отношений с членами семьи, графические модели выполняют функцию «Я»-знака, позволяющего восстановить логику индивидуальной жизни человека через создание новых форм переживания своего места в системе семейных отношений. Понятие места в системе этих отношений становится главным интеллектуальным средством анализа переживаний человека, которые связаны с его семейной ситуацией.

Это понятие используется многими психологами для описания отношений людей. Его можно встретить в работах Р. Скиннера, Э. Берна, Э. Г. Эйдемиллера, В. В. Юстицкого и других (3, 39, 47).

Мне представляется существенно важным представление о том, что место в системе отношений определяет структурные качества психологического пространства человека, качество границ его психической реальности, функциональные особенности в целостной системе семейных отношений.

На положение человека в системе семейных отношений оказывает влияние функционирование семьи как целостности.

Семья является относительно замкнутой системой, и ее целостность обеспечивается, поддерживается и сохраняется специальными усилиями членов семьи. Они формируют особое качество семейной общности, которое выражается в переживании общности с членами семьи – «Мы – семья». Семья, как и «Я» человека, обладает тайной самообоснования общности ее членов.

Описание структуры семейных отношений в виде графической модели позволяет найти в них источник боли, вызванный у человека пребыванием в этих отношениях. При этом модель позволяет осуществить не только рефлексивную, но и трансцендентальную позицию на содержание отношений, что оказывает существенное воздействие на возможности их интеллектуального осмысления.

Место человека в системе отношений как характеристика его психологического пространства переживается им как степень общности с другими членами семьи, как степень своей относительной зависимости или независимости от каждого члена

семьи и от всех других вместе. Наличие места или его изменение рефлексируются в переживаниях как проявление своего воздействия или наличие воздействия других людей. Примерами таких переживаний могут быть следующие рефлексивные формулы:

– Они меня просто душат;

– Им до меня нет никакого дела. Я для них не существую;

– Я все для всех делаю, я – вечная слуга;

– Она пыталась сесть на шею, но это у нее не получилось;

– Он у нас главный, я с ним всегда советуюсь;

– Мое дело – подчиняться;

– У нас с детьми есть свои секреты от мужа;

– Я все могу рассказать матери. Она для меня – друг;

– Они (муж и сын – *А. Г.*) сами по себе, а я – сама по себе и т. п.

В реализации своего места в системе семейных отношений человек ориентируется на свою концепцию жизни и концепцию другого человека, реализует «Я»-концепцию, которая позволяет ему очерчивать границы своего места в системе отношений.

Иначе говоря, в психической реальности человека достаточно структурных образований, позволяющих ему иметь высокую степень устойчивости к воздействиям, чтобы занять определенное место в пространстве отношений, и обладать потенциалом для его сохранения и преобразования. Это может быть и одним из факторов его негативных переживаний в системе семейных отношений.

Описание структуры семейных отношений в виде модели, процесс построения этой модели в консультировании является средством для осознания человеком не только его собственной позиции, но и позиций других членов семьи, что позволяет анализировать такие реальности, как индивидуальная жизнь каждого члена семьи и их совместная жизнь. Жизнь семьи становится предметом интеллектуальной деятельности человека при построении им графической модели.

При консультировании приходилось наблюдать факты, когда человек, работая с графической моделью, получал новые для себя переживания взаимной зависимости членов семьи, их общности, которые заставляют по-новому посмотреть на семью: «Оказывается, мы такие интересные люди», «У каждого своя жизнь, но мы – одна семья, мы любим друг друга». Эти и другие подобные высказывания в ходе построения моделей и при работе с ними позволяют говорить о целесообразности консультирования для восстановления логики индивидуальной жизни как его цели.

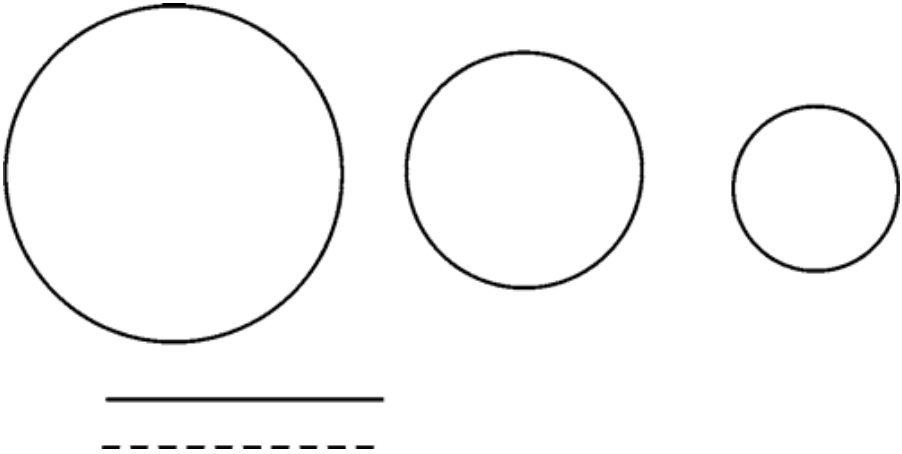


Рисунок 21.

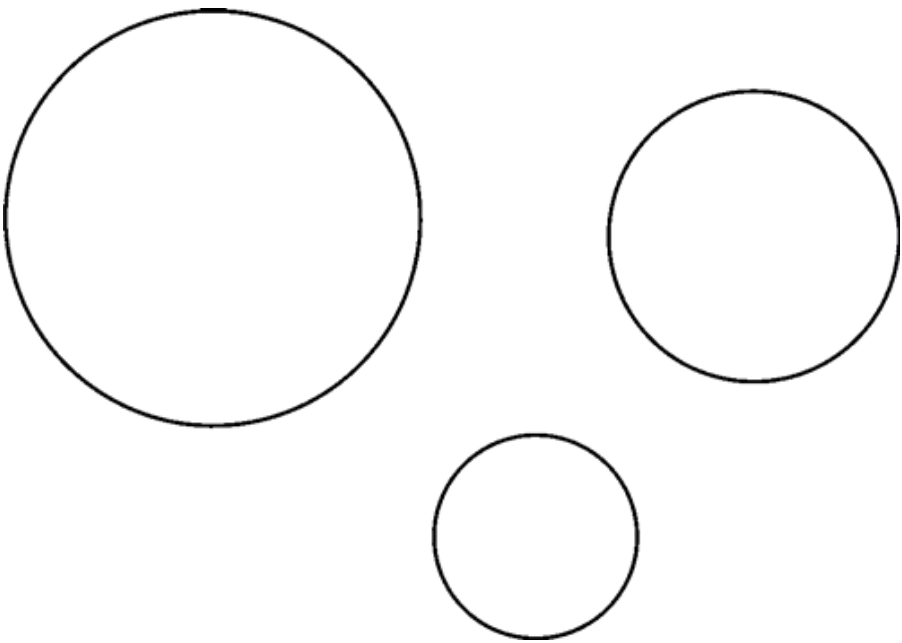


Рисунок 22.

Введение графической модели как «Я»-знака ориентировано на течение процесса консультирования, на тот реальный текст, который строит человек, сообщая факты своих семейных отношений. Наиболее существенным моментом, показывающим возможность введения графической модели, является ситуация затруднения при реализации намерения рассказать об отношениях в семье. В этом контексте психолог может

обосновать использование графической модели для описания отношений, аргументируя это тем, что об отношениях можно не только говорить словами, их можно показать графически, и показывает основные детали возможной графической модели. Они могут быть такими, как изображено на рисунке 21, где кругами разных размеров обозначены члены семьи (отец – большой круг, мать – средних размеров круг, ребенок или дети – круги меньших размеров). Линиями, сплошной и пунктирной, показаны разные типы отношений.

Рисунок 22 позволяет создать учебную ситуацию – продемонстрировать, что члены семьи могут занимать в ней свои места, быть относительно независимыми друг от друга, например, так, как это изображено. В интерпретации этих отношений психолог имеет возможность показать, что каждый член семьи имеет отношение к другим, и изобразить это отношение разными линиями, подчеркивая возможную неоднородность отношений.

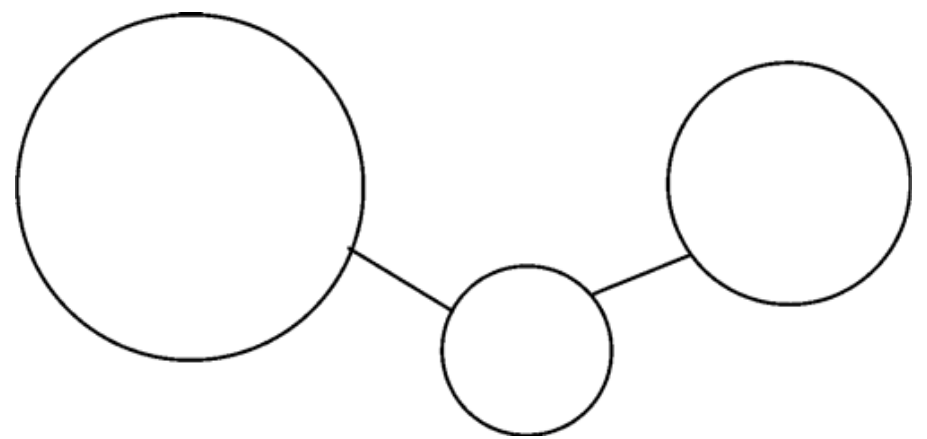


Рисунок 23.

При изображении в виде модели семейных отношений встречаются разнообразные варианты структурных отношений, которые люди, обычно рефлексируют и отражают в своем тексте. Наиболее типичные из них представлены в виде графических моделей.

Рисунок 23 – это структура семьи, которую объединяет ребенок (или дети). «Мы живем ради детей» – рефлексивная формула осознания отношений в структуре такой семьи.

Рисунок 24 позволяет показать семью, в которой ребенок ближе к матери, чем к отцу, мать объединяет их и сохраняет целостность семьи: «Муж мало интересуется ребенком, все заботы

о нем и о муже на мне».

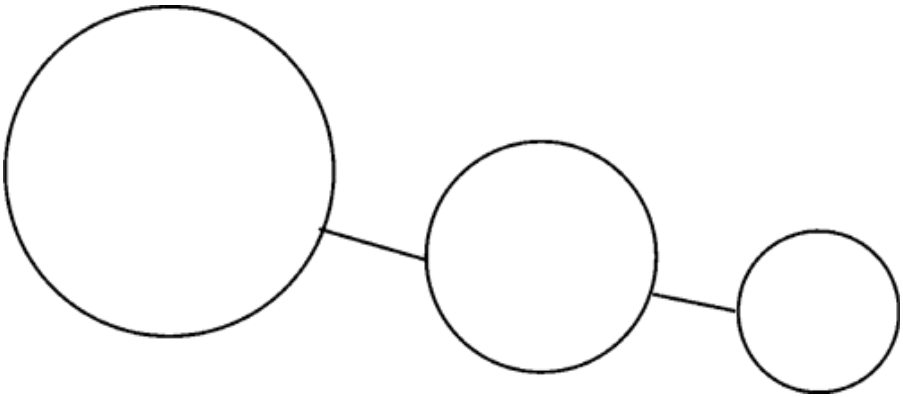


Рисунок 24.

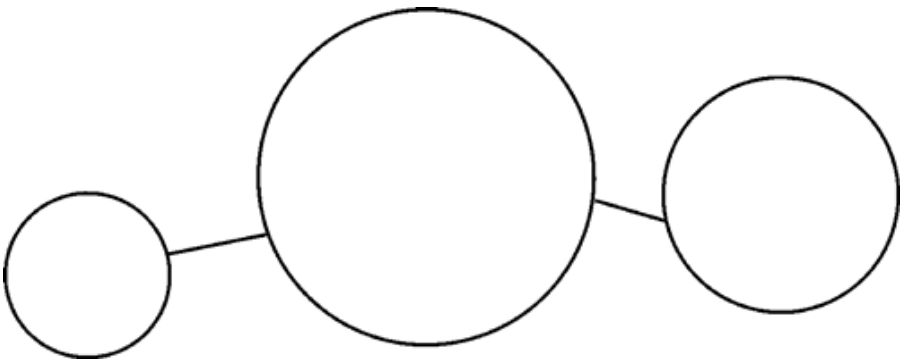


Рисунок 25.

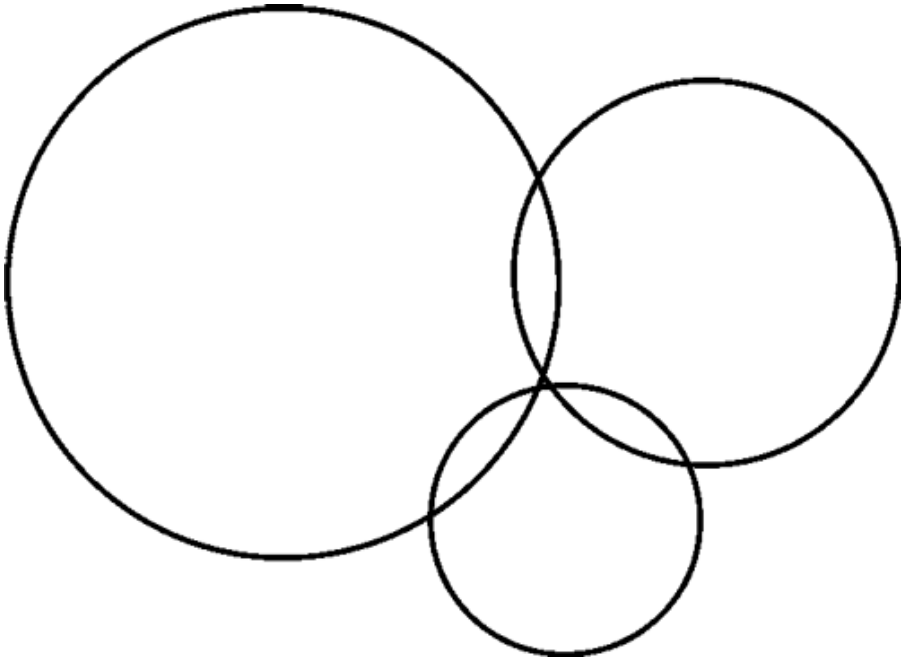


Рисунок 26.

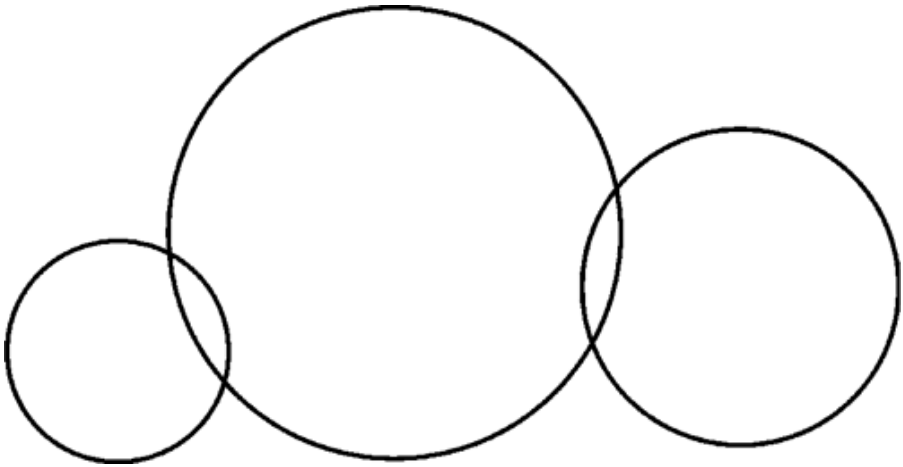


Рисунок 27.

Рисунок 25 показывает ситуацию, когда муж в семье выполняет роль ее связующего звена. Часто он становится в этой позиции «семейным психотерапевтом» – разрешает все конфликты и своим присутствием регулирует отношения между матерью и детьми. В практике работы с людьми такие семьи встречаются и всегда отличаются удивительной способностью к трансформации отношений. Из всех жизненных фактов, которые можно было бы описать этой моделью, можно сделать заключение

о том, что мужчины не воспринимают ситуацию как тяжесть, они склонны рефлексировать ее необходимостью заботы о жене и детях, которых воспринимают как слабых.

Рисунок 26 показывает вариант семейного симбиоза, такой зависимости людей, которые взаимно ограничивают друг друга, создавая общность. Обычно о таких отношениях говорят: «Вместе тесно, а врозь скучно». В практике анализа семейных отношений такая общность фиксируется часто как обусловленность собственной жизни жизнью близких людей. Обоснование собственной жизни включает присутствие других членов семьи. Создается ситуация, которую можно было бы назвать «Ради тебя». Если она разрушается, то боль бывает очень сильной.

Рисунок 27 показывает еще один вариант семейного симбиоза, когда слабые члены семьи, мать и ребенок, присоединяются к отцу, ограничивая его и ограничиваясь сами. Обычно они несут в себе одно переживание, отражающее ценность для них симбиотической связи. Это переживание можно услышать в рефлексивной формуле типа «Отец для него– все. Я без нашего папы ничего не предпринимаю». Женщина чаще всего называет мужа отцом, папой.

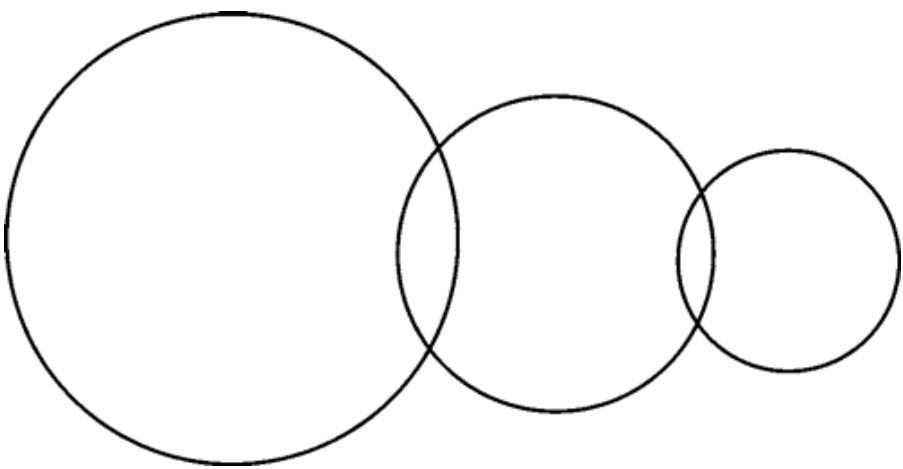


Рисунок 28.

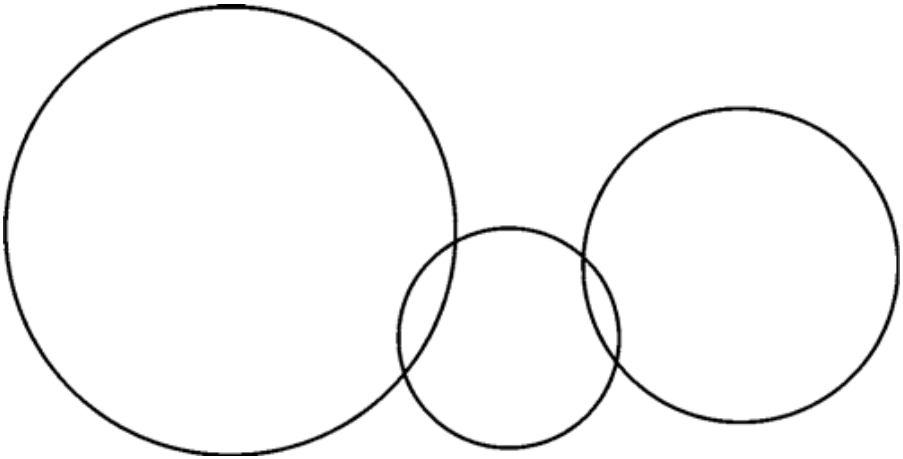


Рисунок 29.

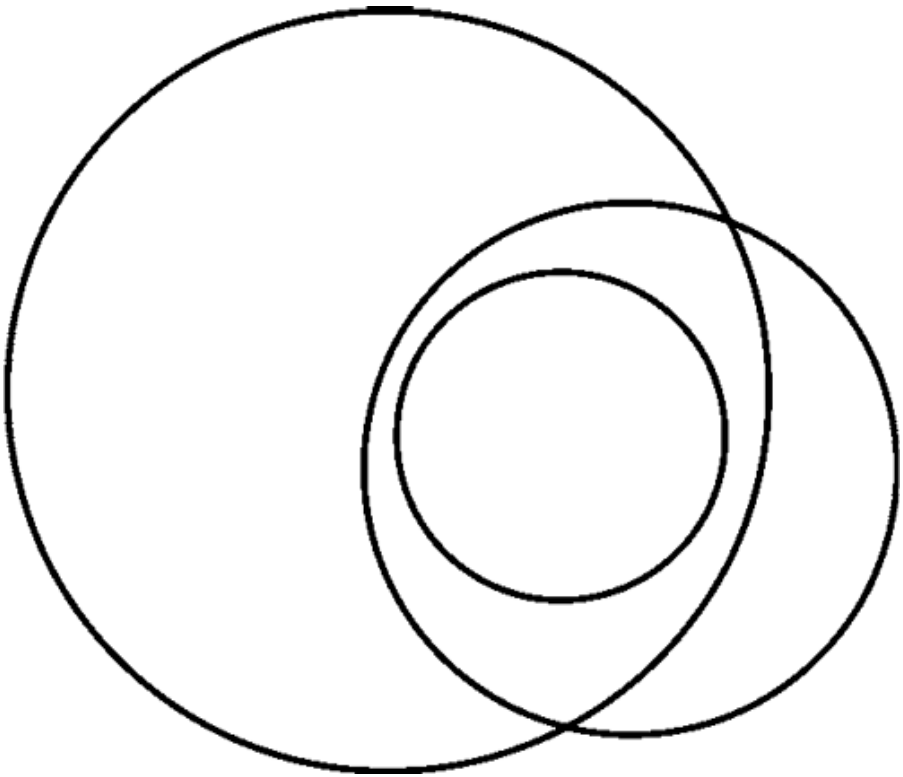


Рисунок 30.

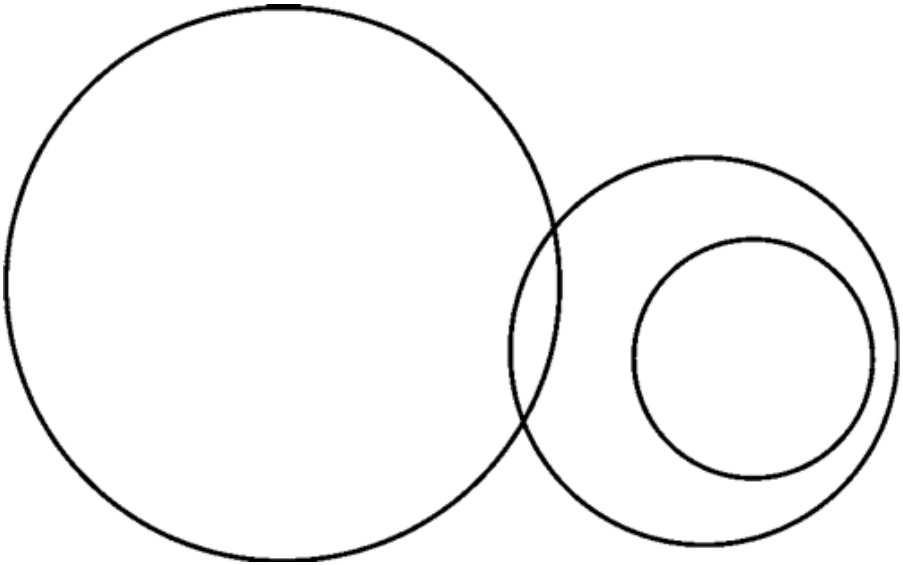


Рисунок 31.

Рисунок 28 показывает другой вариант семейного симбиоза, где отец и ребенок осуществляют присоединение к матери, которая становится центром семейных отношений. «Мать у нас главная», «Без нее мы как без рук», «Они у меня – маленькие оба», «У меня два ребенка – муж и сын», такие рефлексивные формулы возникают у участников этих отношений.

Рисунок 29 тоже иллюстрирует вариант симбиоза, но уже ребенка по отношению к каждому из родителей. В бытовой практике это воспринимается как хитрость ребенка, который умеет получить нужное ему от каждого из родителей. При этом каждый из родителей может считать, что только с ним у ребенка особенно тесные отношения, что именно его он больше любит и ему больше доверяет. В этих отношения ребенок выступает как прекрасный манипулятор. Обычно сами люди начинают воспринимать эти отношения как расчетливые, если оказываются в ситуации, где ребенок должен выбирать, а не определять систему отношений.

Рисунок 30 показывает полное поглощение родителями психической реальности ребенка и их взаимное присоединение. Это вариант опеки, которая распространяется на ребенка каждым из родителей при их взаимном объединении темой ребенка. Они, каждый по-своему, определяют его жизнь, сами объединяясь вокруг этой опеки.

Рефлексируется эта ситуация примерно так: «Наш ребенок для нас – все, мы живем ради него».

Рисунок 31 показывает полный симбиоз матери и ребенка, их

полную взаимозависимость, присоединение в этой зависимости к отцу. Обычно в этой ситуации отец объединяет жену и ребенка (детей), он их воспринимает как целое и говорит о них «они» или «мои».

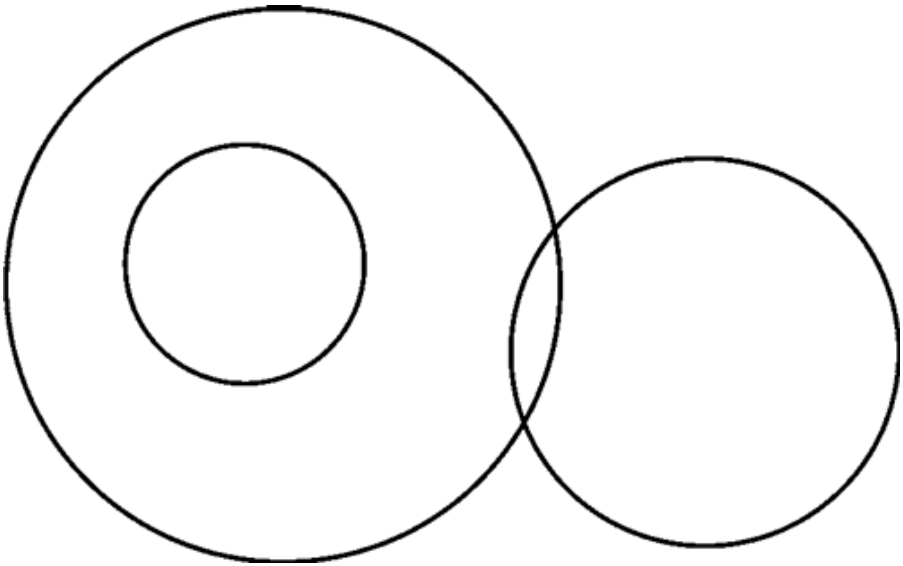


Рисунок 32.

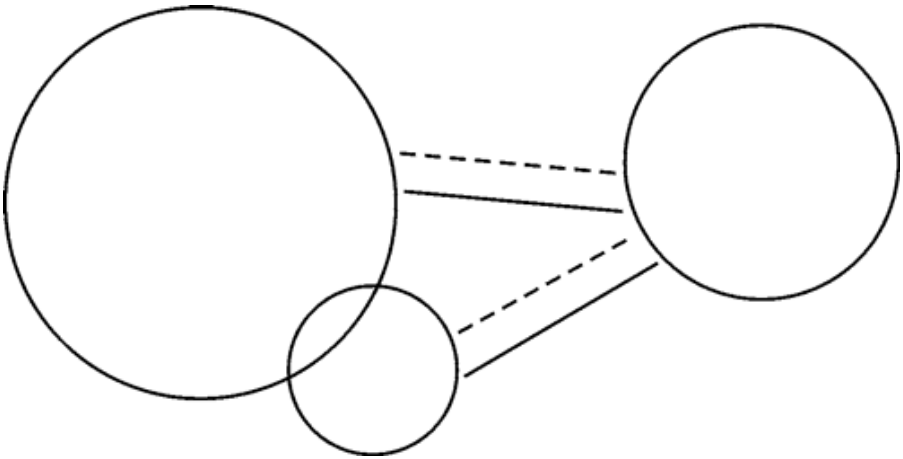


Рисунок 33.

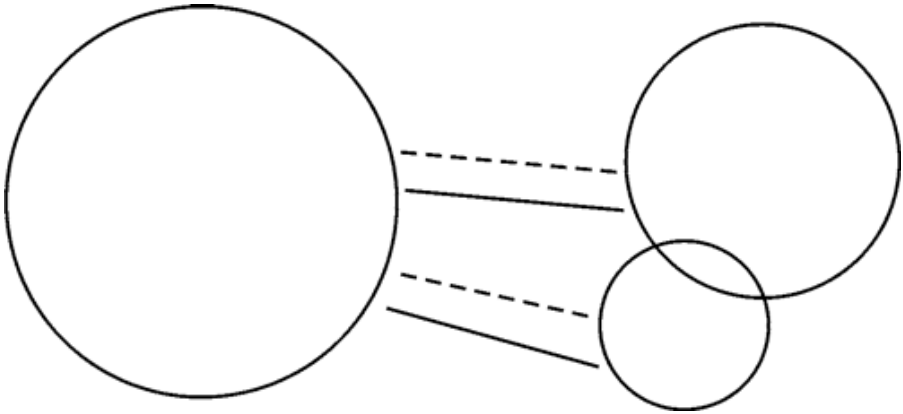


Рисунок 34.

Рисунок 32 позволяет увидеть достаточно редко встречающиеся отношения – симбиоз ребенка с отцом и присоединение к матери. Как можно видеть из фактов жизни, эти отношения возможны при сильной женщине, когда она сама способствует тому, чтобы у ребенка и отца появились отношения симбиоза, которые она поощряет как удобные для манипулирования. «Она у нас папина дочка», «Они с ним всегда найдут общие интересы» и т. п. – отражение этих отношений в рефлексивных формулах.

Рисунок 33 показывает возможность присоединения ребенка к отцу и установление в этом присоединении отношений к матери, а мужа к жене. При этом отношения мужа к жене опосредованы присоединением ребенка, а женщина может строить отношение к каждому из них независимо друг от друга. Ребенок тоже может строить отношение к матери независимо от своего отношения к отцу. Это ситуация, когда папина дочка (или сын) вступают в отношения с мамой. Или папа, объединенный с ребенком, вступает в отношения со своей женой. Его роль уже не только и не столько роль мужа, сколько роль отца, папы. Такие отношения озвучиваются в рефлексивной формуле: «Наша мама или наша мать». Женщина может говорить и о муже и о ребенке как о своих детях, но при этом или оговаривается, или уточняет разными способами, о ком идет речь, стремясь сохранить различие в отношениях к своим «детям».

Рисунок 34 – это вариант, когда мать объединена с ребенком (или детьми) и в этом объединении, которое переживается и рефлексируется именно так: «Мы с детьми», устанавливает отношения с мужем. Ребенок в этой ситуации может строить с отцом отношения, относительно независимо от матери, а мужчина в своем отношении к другим членам семьи вынужден постоянно удерживать различие жены и ребенка,

как объединенных, но разных людей. Эти отношения достигают уровня комичности, когда в семье принято называть детей именами родителей.

Рисунок 35 показывает вариант отношений неполного симбиоза родителей, с которыми (с каждым по-своему) ребенок (или дети) вступают в отношения. Такие отношения приходится наблюдать в семье алкоголиков, когда оба, отец и мать, пьют, а ребенок пытается строить отношения с каждым из них. Наиболее часто этот вариант эгоизма вдвоем встречается в семьях, история создания которых реализует сценарий невротической зависимости отца и матери от родительских семей. Дети в таких семьях чувствуют себя ненужными. В рисунках семьи, сделанных детьми, такой вариант отношений связан с отсутствием на рисунке его автора – ребенка.

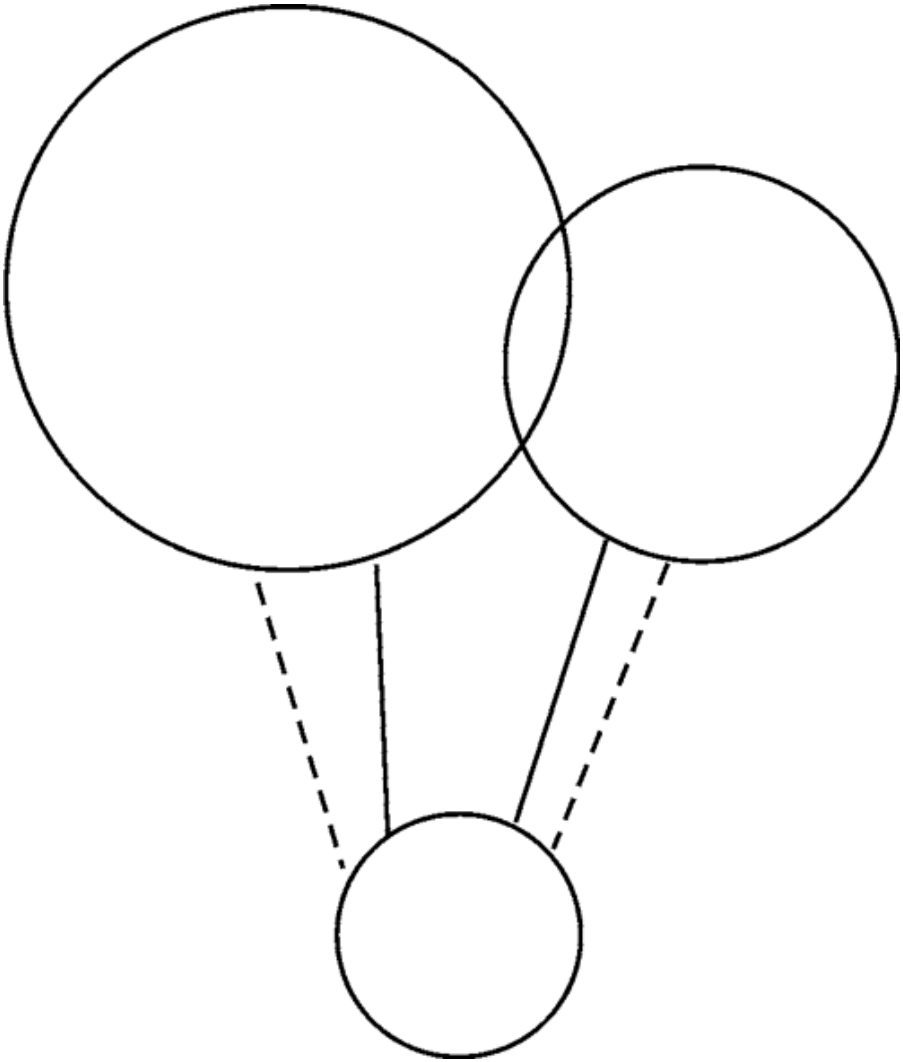


Рисунок 35.

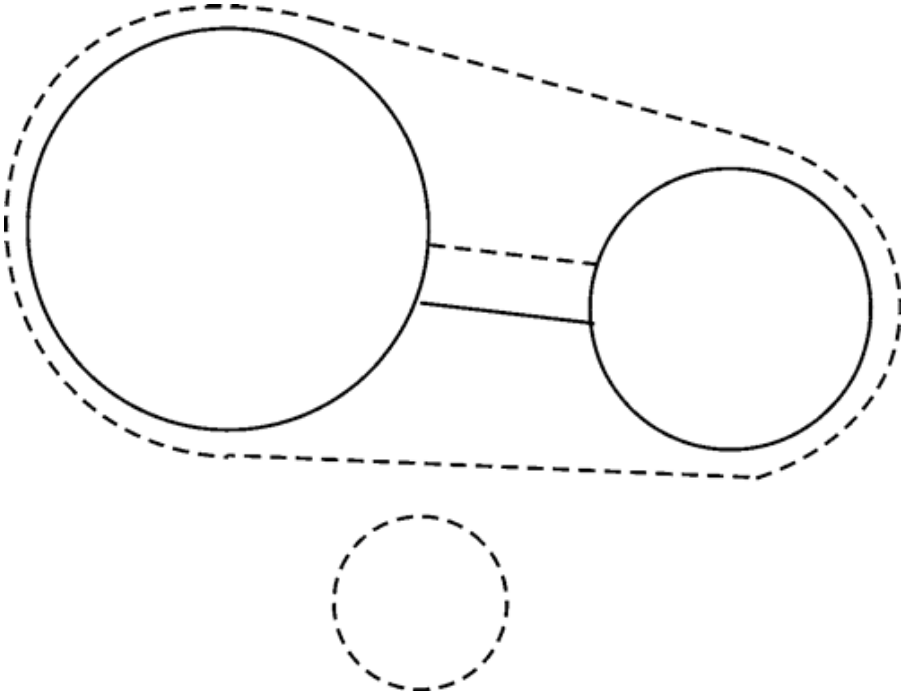


Рисунок 36.

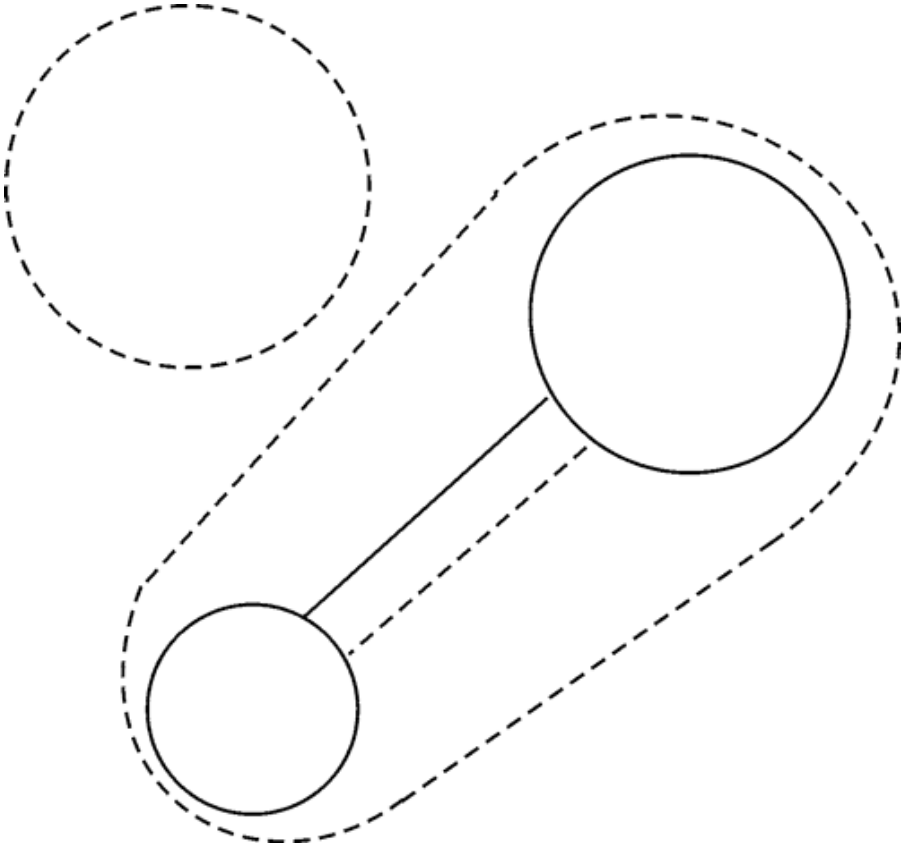


Рисунок 37.

Рисунок 36 позволяет проследить начало развития семьи, появление общей идеи семейной жизни, которая объединяет мужчину и женщину, проявление концепции другого человека как желательного образа ребенка.

На этой модели люди могут показать, какие отношения они хотели построить, сравнить их с теми, которые есть на практике, а значит, проанализировать путь от мечты к реальности и возможные варианты дальнейшего движения в отношениях.

Рисунок 37 показывает модель неполной семьи, где нет отца, но его образ присутствует и с ним надо устанавливать отношения. Обсуждению этих отношений и помогает эта модель.

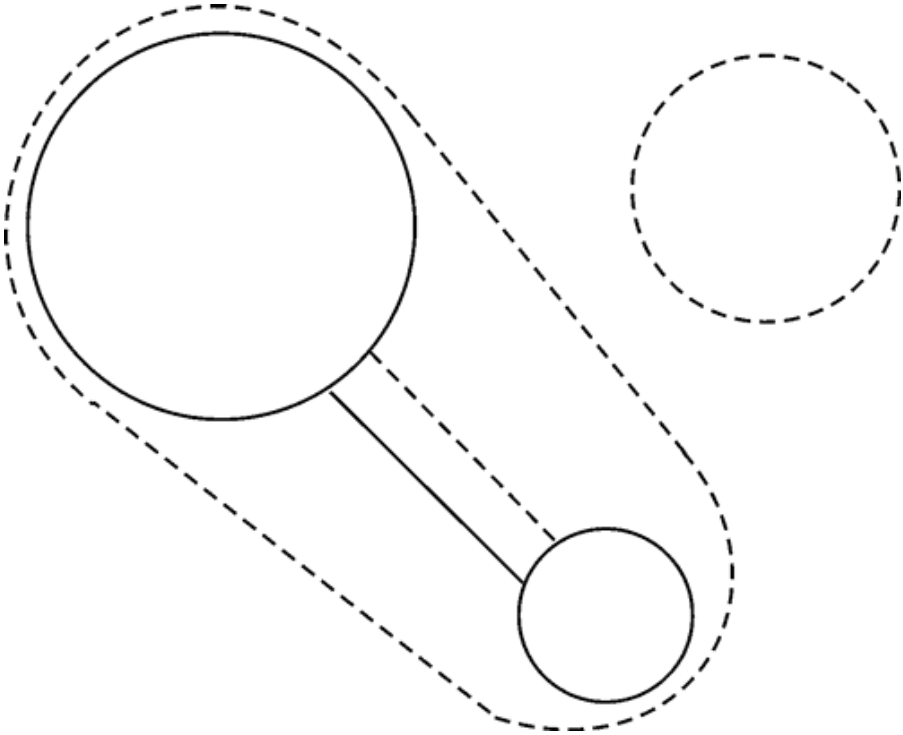


Рисунок 38.

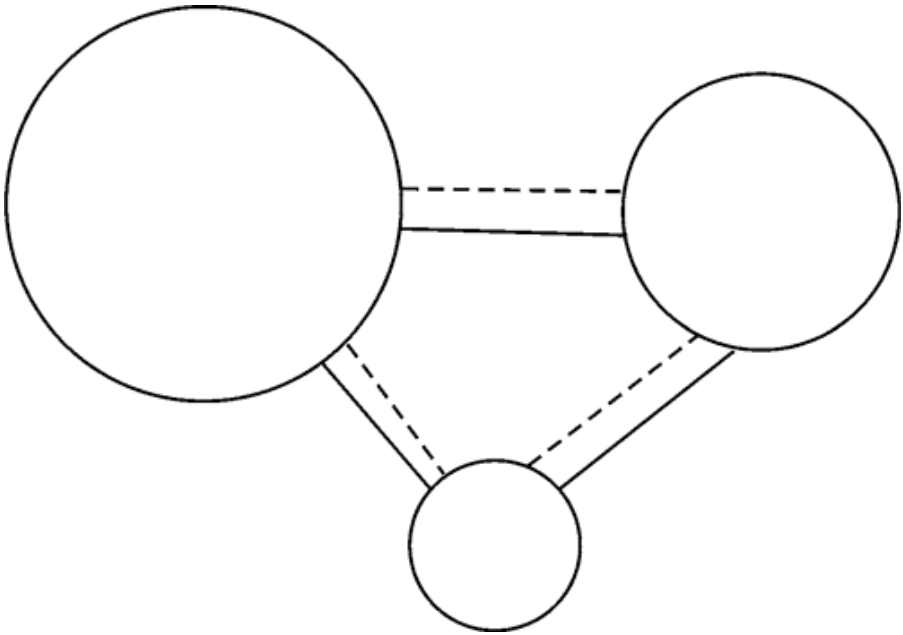


Рисунок 39.

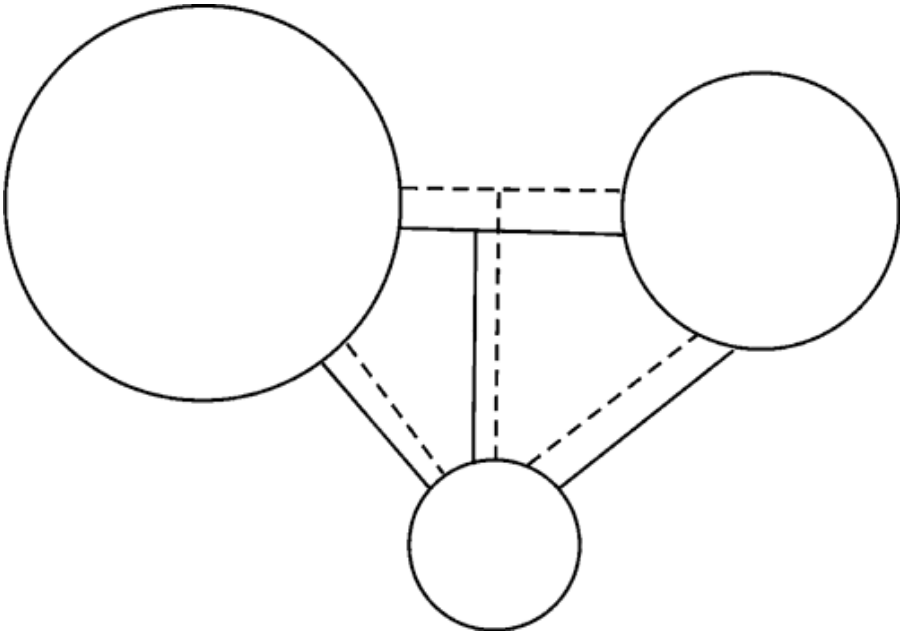


Рисунок 40.

Рисунок 38 – это модель неполной семьи, где нет матери, но образ ее присутствует. Обсуждению отношений с этим образом и посвящена эта модель.

Рисунок 39 показывает часто принимаемую за идеальную модель семьи ситуацию, где все участники отношений равноправны, обладают равными возможностями воздействия и испытывают на себе равное воздействие других участников отношений. «У нас от детей нет секретов», «Дети – равноправные члены семьи», «Мы – одна семья», «Мы – единое целое» и т. п. – рефлексивное отражение этих отношений.

Рисунок 40 позволяет показать, что ребенок (или дети) может оказать влияние как на каждого из родителей в отдельности, так и на их отношения друг к другу. Это одна из форм детских манипуляций, которую они применяют для получения психологической выгоды, прежде всего большего внимания к себе.

Рисунок 41 показывает уровневую структуру семьи, где отношение ребенка к отцу опосредовано его отношением к матери, которая сама зависит от мужа. Такая ситуация типична для семей, где есть маленький ребенок.

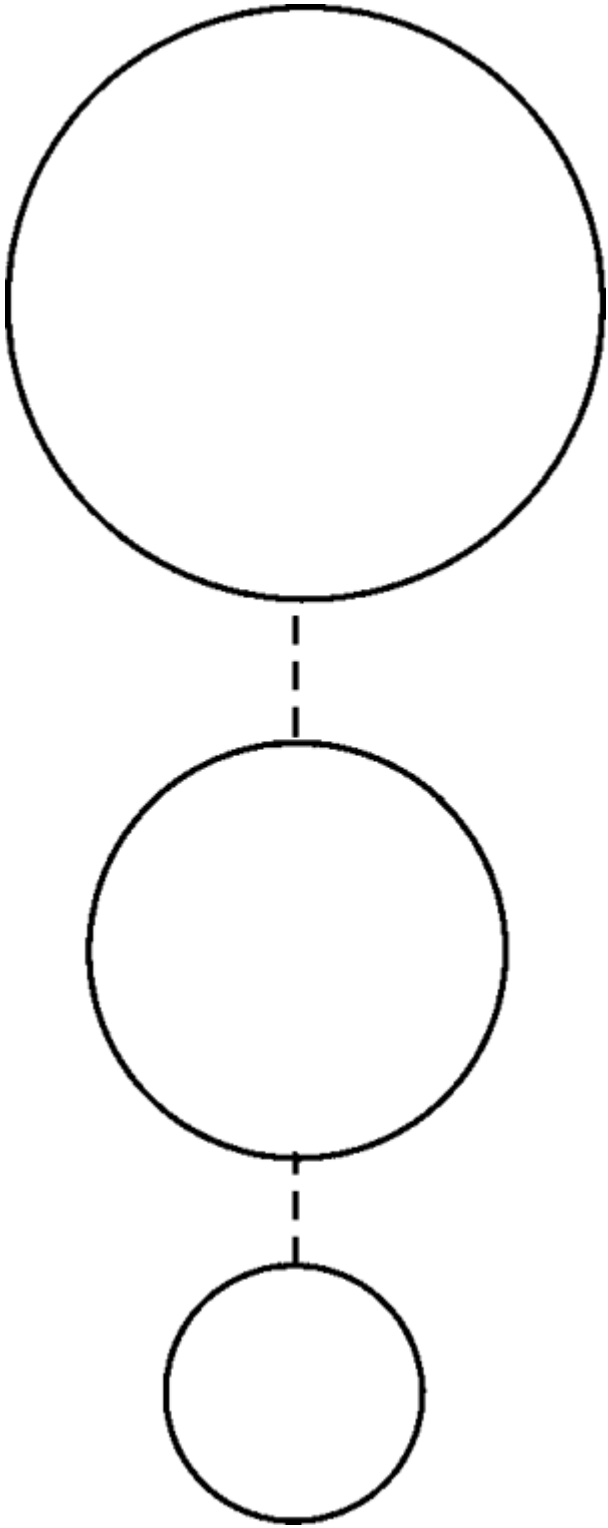


Рисунок 41.

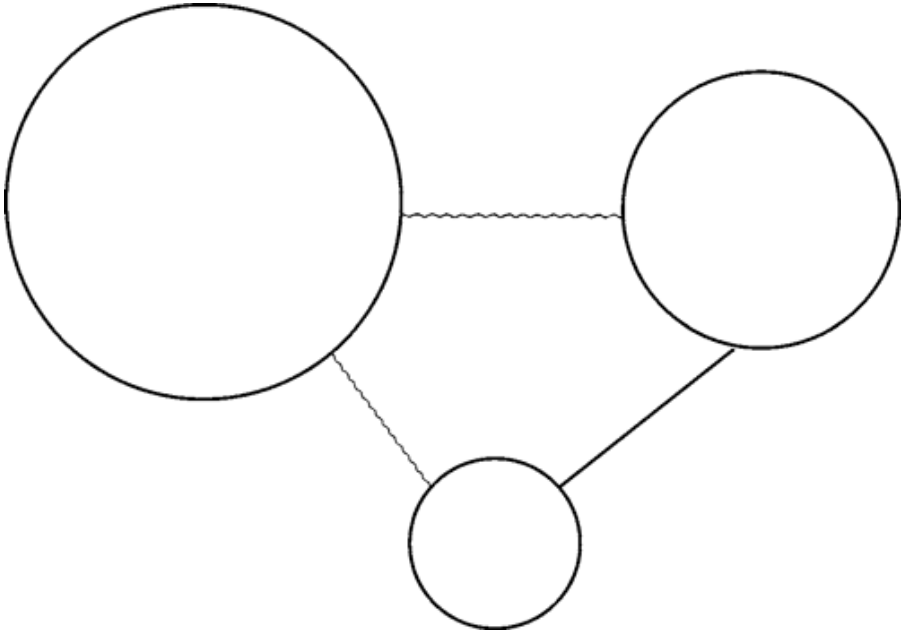


Рисунок 42.

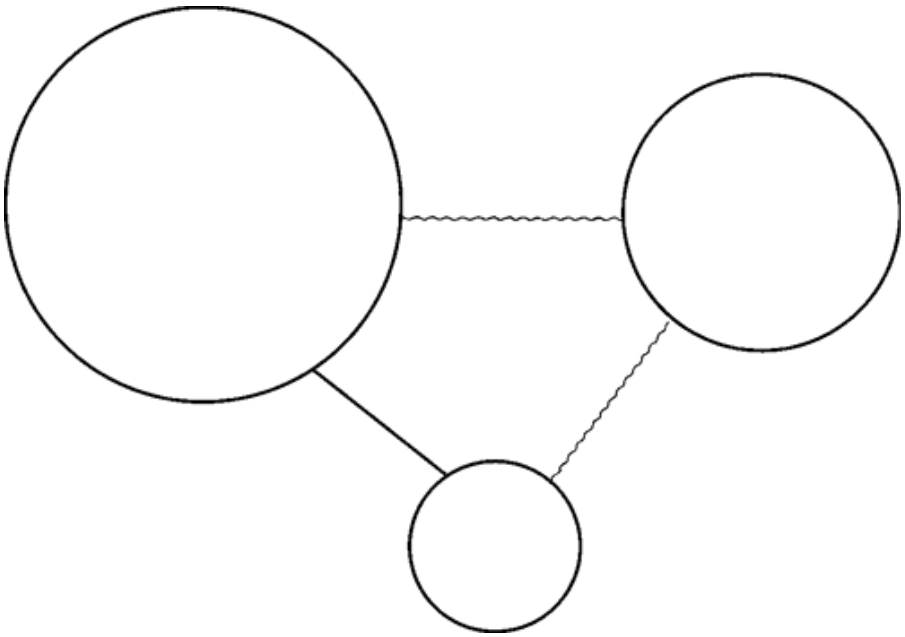


Рисунок 43.

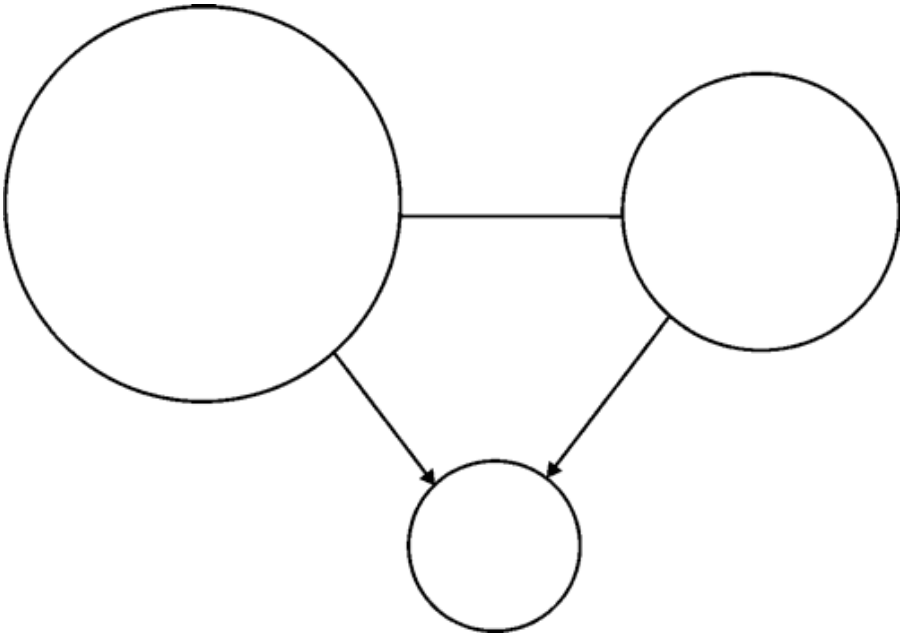


Рисунок 44.

Рисунки 42 и 43 позволяют показать, что отношения родителей между собой могут проецироваться одним из них на отношения с ребенком.

Рисунок 44 усиливает эту ситуацию, показывая, что проекция отношений родителей к ребенку может быть взаимной. Они оба проецируют то, что есть в их отношениях, на отношение к ребенку.

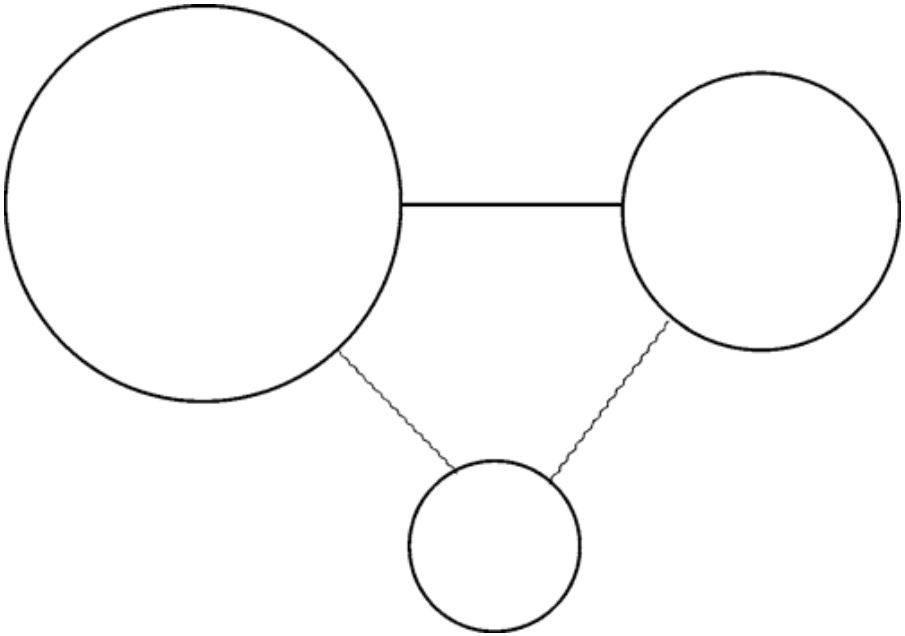


Рисунок 45.

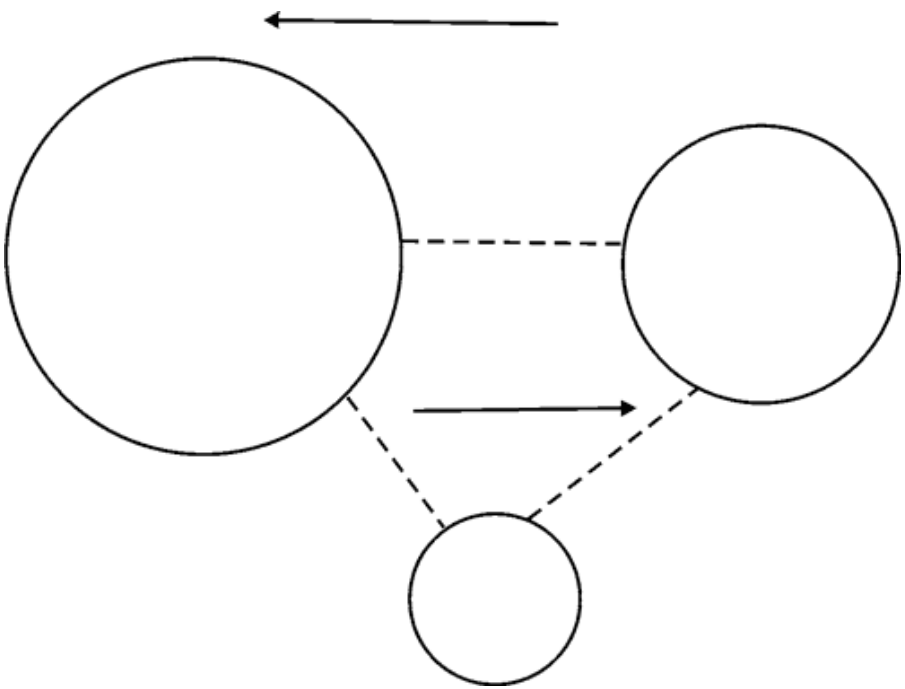


Рисунок 46.

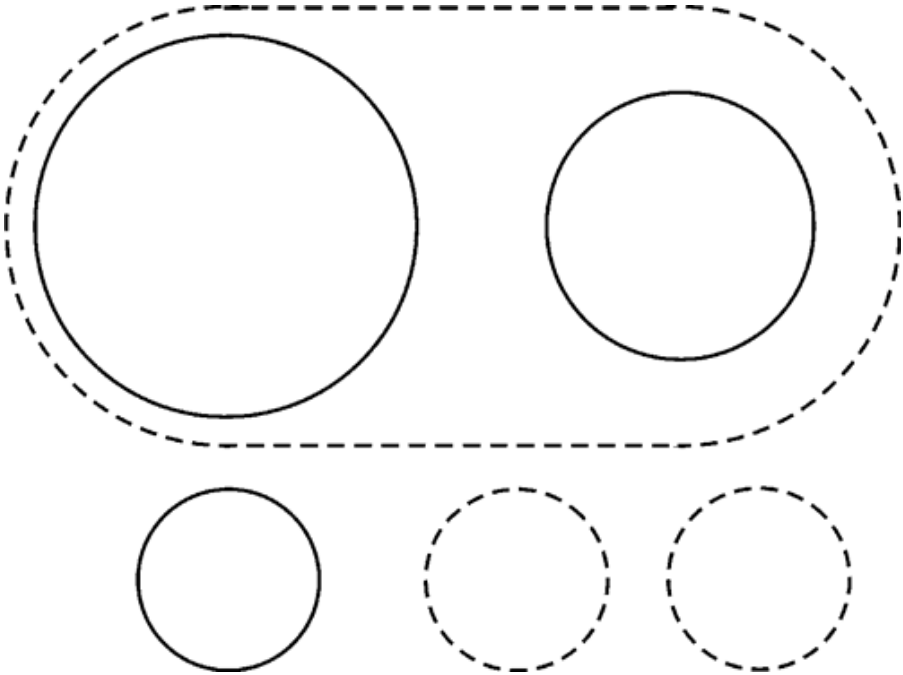


Рисунок 47.

Рисунок 45 показывает другой вариант, когда отношение родителей к ребенку не зависит от их отношения друг к другу.

Рисунок 46 – это возможность изменения места каждого из участников взаимообусловленных отношений. Это попытка показать гибкость системы отношений и изменение позиций их участников. Быть наверху или внизу, испытывать в большей степени влияние или самому его оказывать, демонстрирует эта схема.

Рисунок 47 позволяет показать то, что в практике работы с людьми в ситуации психологического консультирования работает как идеальная модель семейных отношений. На этом рисунке равноправные, оба главные друг для друга мужчина и женщина, которые объединены общим пространством как общей концепцией (совместной) жизни, куда дети могут допускаться, а могут и не допускаться, так как каждый ребенок это отдельный мир, которому надо устанавливать отношения с миром других людей и с миром своих родителей тоже. Появление этой схемы строится на предельно простой идее о том, что семья начинается с мамы и папы и она есть до тех пор, пока они оба главные друг для друга. Если что-то не ладится в их отношениях, то не ладится во всей системе семьи, как бы заманчиво устойчивой и симбиотически связанной она не выглядела на схеме.

Аксиома о том, что семейные отношения требуют сил для их установления и развития, может быть дополнена другой аксиомой о необходимости сохранения и развития в этих отношениях целостности каждого из людей – взрослого и ребенка. Это уже другой разговор – разговор об ответственности за свою психическую жизнь и жизнь другого человека. Такой разговор с необходимостью приведет к пониманию природы «Я» как данности психической реальности, проявляющейся в усилиях, которые воплощаются в применение «Я»-знаков для организации своей жизни среди людей.

Заключение

Хочется еще раз сказать о том, что графика используется психологами для решения задач их собственного мышления о психической реальности как целостности.

Графика может стать средством создания для человека «Я»-знака, который будет опосредовать его мышление о своей жизни как целостности, но для этого ему нужен другой человек. Психолог как другой человек позволяет перейти в мышлении о жизни на трансцендентальную позицию. Это очень ответственно и требует понимания своей роли в воздействии на другого человека.

Многие из людей, кто хотел, мог и умел использовать графические средства для реализации трансцендентальной позиции в мышлении о своей жизни, могли сами интерпретировать графические изображения и показывали высокий уровень обобщения при осуществлении трансцендентальной и рефлексивной позиции. Остается только еще раз напомнить о том, что наша жизнь зависит от нашего мышления о ней.

Литература

1. *Абрамова Г. С.* Практическая психология. Екатеринбург. Деловая книга. 1999.

2. *Алман Брайан М., Ламбру Питер Т.* Самогипноз. М.: Класс, 1995.

3. *Берн Э.* Секс в человеческой любви. М., 1990.

4. *Бидерман Г.* Энциклопедия символов. М.: Республика, 1996.

5. *Брагина Н. Н., Доброхотова Т. А.* Функциональные асимметрии человека. М.: Медицина, 1988.

6. *Бурменская Г. В., Карабанова О. А., Лидерс А. Г.* Возрастно-психологическое консультирование. М.: МГУ, 1990.

7. *Введенский А. И., Лосев А. Ф., Радлов Э. Л., Шпет Г. Г.* Очерки истории русской философии. Свердловск, 1991.

8. *Верч Дж.* Голос разума. М.: Тивола, 1996.

9. *Выготский Л. С.* Собр. соч. Т. 6. М.: Педагогика,1984.

10. *Витакер К.* Брак и семья // Семейная психология и семейная терапия. 1998 № 3.

11. *Горностай П. П., Васьковская С. В.* Теория и практика психологического консультирования. Киев: Наукова думка, 1995.

12. *Грицанов А. А., Овчаренко В. И.* Человек и отчуждение. Минск: Вышейшая школа, 1991.

13. *Засорина Л. Н.* Введение в структурную лингвистику. М.: Высшая школа, 1974.

14. *Зинченко В. П.* От классической к органической психологии // Вопросы психологии. 1996. № 5.

15. *Зинченко В. П., Моргунов Е. Б.* Человек развивающийся. Очерки российской психологии. М.: Тивола, 1994.

16. *Карагула Ш.* Прорыв к творчеству. Киев: София, 1994.

17. *Кондаков Н. И.* Введение в логику. М.: Наука, 1967.

18. *Коул М.* Культурно-историческая психология. М.: Когито-Центр, 1997.

19. *Лакан Ж.* Инстанция буквы в бессознательном, или Судьба разума после Фрейда. М.: Логос, 1997.

20. *Лейнг Р. У.* Разделенное Я. Киев, 1995.

21. *Лейнер Х.* Кататимное переживание образов. М.: Эйдос, 1996.

22. *Лидерс А. Г.* Основы возрастно-психологического консультирования. М.: МГУ, 1991.

23. *Лосев А. Ф.* Философия. Мифология. Культура. М.: Политиздат, 1991.

24. *Лоуэн А.* Язык тела. СПб.: Академический проект, 1997.

25. *Лотман Ю. М.* Внутри мыслящих миров. М.: Языки

русской культуры, 1996.

26. *Льюис К. С.* Любовь. Страдание. Надежда. М.: Республика, 1992.

27. *Менегетти А.* Словарь образов. Л.: Экос, 1991.

28. *Менегетти А.* Онтопсихологическая педагогика. Пермь: Хортон Лимитед, 1993.

29. *Менегетти А.* Мудрец и искусство жизни. Пермь: Хортон Лимитед, 1993.

30. *Менегетти А.* Введение в онтопсихологию. Пермь: Хортон Лимитед, 1993.

31. *Миндел Э.* Психотерапия как духовная практика. М.: Класс, 1997.

32. *Миллис Дж., Кроули Р.* Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка». М.: Класс, 1996.

33. *Невяровић В.* Терапия души. Воронеж: НПО-«МОДЭК», 1997.

34. *Непомнящая Н. И.* Опыт системного исследования психики ребенка. М.: Педагогика, 1975.

35. *Ниренберг Дж., Калеро Г.* Читать человека как книгу. М.: Академия здоровья, 1990.

36. Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии. Под ред. *А. А. Бадхена* и др. М.: Смысл, 1997.

37. *Рильке Р. М.* Новые стихотворения. М.: Наука, 1977.

38. *Сандлер Дж., Дэр. Кр., Холдер Ал.* Пациент и психоаналитик. М.: Смысл, 1995.

39. *Скиннер Р., Клинз Д.* Семья и как в ней уцелеть. М.: Класс, 1995.

40. *Тарт Ч.* Практика внимательности в повседневной жизни. М., 1996.

41. *Тхостов А. Ж.* Топология субъекта // Вестник МГУ. Психология. 1994. № 2–3.

42. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

43. *Фресс П., Пиаже Ж.* Экспериментальная психология. М.: Прогресс. 1975.

44. *Фрейд З.* «Я» и «Оно». Т. 1–2. Тбилиси: Мерани, 1991.

45. *Фромм Э.* Душа человека. М.: Республика, 1992.

46. *Хей Л.* Исцели свою жизнь. Каунас, 1996.

47. *Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Семейная психотерапия. Л.: Медицина, 1990.

48. *Эриксон М., Росси Э. Л.* Человек из февраля. М.: Класс, 1995.

49. *Якобс Д., Дэвидс П., Мейер Д.* Супервизорство. СПб.: Б.С.К., 1997.

notes

Сноски

1

Журнал практического психолога, № 7, 1998, с. 77. *Сапогова Е. Е.* «Дао психолога: феномены психологического бытия».

2

Там же, с. 68. *Доценко Е. Л.* «Характеристики профессионального общения психолога».

3

Онтология (от греч. ontos – сущее и …логия) – раздел философии, учение о бытии; термин введен нем. Философом Р. Гоклениусом (1613 г.) – Прим. авт.

4

Понятие гештальта введено Г. фон Эренфельсом. – Прим. авт.

5

Онтогенез (от греч. óntos – сущее и …генез) – совокупность преобразований, претерпеваемых организмом от зарождения до конца жизни. Термин введен немецким биологом Э. Геккелем в 1866 г. – Прим. авт.

6

Л. Эйлер (1707–1783) – математик, механик, физик и астроном. По происхождению швейцарец. Долгие годы работал в России. Ученый необычайной широты интересов. – Прим. авт.